



UNIVERSIDAD ANDINA
NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



**ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES
DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ARTE DE LA
UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO,
PUNO 2024**

TESIS PRESENTADA POR:

Bach. HAYDEE ALCIDA YANAPA QUISPE

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
PSICÓLOGO

JULIACA – PERÚ

2024



UNIVERSIDAD ANDINA
NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES
DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ARTE DE LA
UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO,
PUNO 2024

TESIS PRESENTADA POR:

Bach. HAYDEE ALCIDA YANAPA QUISPE

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
PSICÓLOGO

APROBADA POR EL JURADO REVISOR:

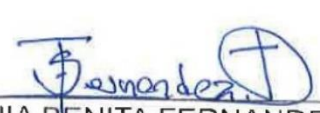
PRESIDENTE :


Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE

PRIMER MIEMBRO :


Dra. INGRID LIZ QUISPE TICÓN A

SEGUNDO MIEMBRO :


Dra. SONIA BENITA FERNANDEZ TAPIA

ASESOR DE TESIS :


Dra. SANDRA ALEJANDRA FERNANDEZ MACEDO

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN :

PSICOPEDAGOGÍA - P13

**RESOLUCIÓN DECANAL N° 1781-2024-D-FCS-UANCV**

Juliaca, 26 diciembre del 2024

Vistos: El Expediente N° 2024-CU-19447 en el cual solicita fecha y hora para Sustentación de Tesis y el Dictamen de Aprobación, emitido por el Jurado Evaluador del trabajo de investigación titulado: **ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ARTE DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO, PUNO 2024 CONSIDERANDO**

Que es necesario dar cumplimiento a la Ley 30220, al Estatuto Universitario y al Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad y de la Facultad de Ciencias de la Salud, para la fijación de fecha y hora para la sustentación de tesis.

En uso de las atribuciones conferidas a la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud y, estando al informe de la Comisión de Grados y Títulos de la Facultad.

SE RESUELVE:

PRIMERO: Ratificar a los jurados para la Sustentación de Tesis para optar el Título Profesional de: **PSICÓLOGO** del (la) bachiller: **YANAPA QUISPE HAYDEE ALCIDA**; habiéndose designado por sorteo a los siguientes docentes:

- | | | |
|----------------|---|--|
| * Presidente | : | Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE |
| * 1er. Miembro | : | Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA |
| * 2do. Miembro | : | Dra. SONIA BENITA FERNANDEZ TAPIA |
| * Asesor (a) | : | Dra. SANDRA ALEJANDRA FERNANDEZ MACEDO |

SEGUNDO: Fijar la programación de Sustentación de Tesis para el:

DIA	:	LUNES 30 DE DICIEMBRE DEL 2024
HORA	:	12:00 HORAS
LOCAL	:	Salón de Grados de la Facultad de Ciencias de la Salud

TERCERO: Realizado la Sustentación, el Jurado levantará el Acta en el libro respectivo, donde indicará el resultado obtenido por el Bachiller sustentante.

CUARTO: La Dirección de la Escuela Profesional de Psicología, la Comisión de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud y el jurado, quedan encargados de dar cumplimiento a la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese y Cúmplase.



Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez"
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE
COP 2034
DECANA

DISTRIBUCIÓN:
- Jurados (3)
- Interesado (1)
- Asesor de Tesis (1)
- Archivo FCS 2024(1)

**RESOLUCIÓN DECANAL N°1739-2024-D-FCS-UANCV**

Juliaca, 20 de diciembre del 2024

VISTOS:

El Informe N° 186-2024-UI-FCS-UANCV-J emitido por la Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, de fecha 20 de diciembre del egresado (a) **YANAPA QUISPE HAYDEE ALCIDA** quien solicita la aprobación del Informe Final Titulado: **ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ARTE DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO, PUNO 2024** conducente para optar el título Profesional de: **PSICÓLOGO**

CONSIDERANDO

Que, la Dirección de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud en cumplimiento a la Resolución N° 102-2023-CF-FCS-UANCV y con la aprobación del informe final por los siguientes miembros de jurado y asesor:

- * **Presidente** : **Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE**
- * **1er. Miembro** : **Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA**
- * **2do. Miembro** : **Dra. SONIA BENITA FERNANDEZ TAPIA**

- * **Asesor (a)** : **Dra. SANDRA ALEJANDRA FERNANDEZ MACEDO**

Estando en la opinión técnica favorable de la Unidad de Investigación, en concordancia con el Reglamento interno de la Unidad de Investigación de Ciencias de la Salud y en uso de las atribuciones que le confiere la Ley Universitaria N° 30220, Ley de Creación de la UANCV N° 23738 y modificatoria N° 24661 y el estatuto de la UANCV, la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.

SE RESUELVE:

ARTICULO PRIMERO.- APROBAR, el **INFORME FINAL** de **INVESTIGACIÓN**, presentado por el (la) egresado (a) **YANAPA QUISPE HAYDEE ALCIDA** para optar el Título Profesional de **PSICÓLOGO** Con la Tesis Titulado : **ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ARTE DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO, PUNO 2024** correspondiente a la Línea de investigación Psicopedagogía P13

ARTICULO SEGUNDO.- DISPONER que, La Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud y secretaria académica de la facultad de ciencias de la salud , quedan encargados del cumplimiento de la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese, Archívese.



Distribución: Decanato, EP. Obstetricia secretaria Académica, Archivo.

RESOLUCIÓN DECANAL N° 1014 -2024-D-FCS-UANCV

Juliaca, 14 de agosto del 2024

VISTOS:

El Informe N° 069-2024-UI-FCS-UANCV-J emitido por la Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, y la copia del acta de Registro de la Propuesta de Investigación de fecha 07 de agosto de la E.P. de Psicología, folio 000037;

CONSIDERANDO:

Que, el (la) egresado (a) **YANAPA QUISPE HAYDEE ALCIDA** presentado y solicitado la aprobación de la propuesta de Investigación titulado: **ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ARTE DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO, PUNO 2024** correspondiente a la línea de investigación: **PSICOPEDAGOGÍA -P13**

Que, la Dirección de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud en cumplimiento a la Resolución N° 102-2023-CF-FCS-UANCV comunico que el **Comité de Investigación** para la evaluación de la propuesta de Investigación está conformado por los siguientes docentes:

- * **Presidente** : **Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA**
- * **1er. Miembro** : **Dra. MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATACORA**
- * **2do. Miembro** : **M.Sc. MARÍA ANTONIETA LOAYZA LÓPEZ**

Que, la Directora de la Unidad de Investigación ha emitido la Opinión Técnica N° 299 2024-UANCV-FCS-UI-CI sobre la evaluación de la propuesta de investigación, emitiendo opinión favorable para que se emita la resolución de aprobación de la propuesta de investigación;

Estando opinión técnica favorable de la Unidad de Investigación, en concordancia con el Reglamento de la Unidad de Investigación de Ciencias de la Salud y en uso de las atribuciones que le confiere la Ley Universitaria N° 30220, Ley de Creación de la UANCV N° 23738 y modificatoria, Resolución de Institucionalización 1287-92-NAR. D.L. N° 739 y el estatuto de la UANCV, la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.

SE RESUELVE:

APROBAR, la PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN, presentado por el (la) egresado (a) **YANAPA QUISPE HAYDEE ALCIDA** para optar el título profesional de: **PSICÓLOGO** titulado: **ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ARTE DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO, PUNO 2024**

La propuesta de Investigación deberá **ejecutarse** de acuerdo a lo establecido en el Reglamento de la Unidad de Investigación con fines de obtención de Grados Académicos y Títulos Profesionales, y el Reglamento de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud.

ARTICULO SEGUNDO.- RECONOCER, como **ASESOR(A) DE LA PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN** al(la) Docente Ordinario(a) de la Facultad de Ciencias de la Salud **Dra. SANDRA ALEJANDRA FERNANDEZ MACEDO**

ARTICULO TERCERO.- DISPONER que, La Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud y la Directora de la Escuela profesional de Psicología, quedan encargados del cumplimiento de la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese, Archívese.



Universidad Andina 'Néstor Cáceres Velásquez'
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE
COP 2034
DECANA

Distribución: Decanato, EP: PSICÓLOGO Archivo



ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ARTE DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO, PUNO 2024

INFORME DE ORIGINALIDAD

25%

INDICE DE SIMILITUD

21%

FUENTES DE INTERNET

20%

PUBLICACIONES

14%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

- 1** Apaza Mamani, Edilberto. "Desempeño docente en la modalidad de educación virtual y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Sociología de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, 2020", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru) **6%**
Publicación
- 2** hdl.handle.net **5%**
Fuente de Internet
- 3** Submitted to Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez **2%**
Trabajo del estudiante
- 4** Nina Salas, Magina Beatriz. "Estrés académico y el rendimiento de los estudiantes del I ciclo de la Facultad de Ciencias Sociales de la UNA - Puno, 2023", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru) **1%**



METADATOS COMPLEMENTARIOS

Título de la tesis	
ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ARTE DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO, PUNO 2024	
Datos de autor	
Nombres y apellidos	Haydee Alcida Yanapa Quispe
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	44723059
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0008-9437-771X
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	Sandra Alejandra Fernandez Macedo
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	01309221
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0007-4145-7030
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Elizabeth Vargas Onofre
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	29216323
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	Ingrid Liz Quispe Ticona
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	29590767
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	Sonia Benita Fernandez Tapia
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	01297921



Datos de investigación	
Línea de investigación	Psicopedagogía – P13
Grupo de investigación	No aplica.
Agencia de financiamiento	Sin financiamiento
Ubicación geográfica de la investigación	<p>Ubicación</p> <p>Edificio: E.P.A. U.N.A.P País: Perú Departamento: Puno Provincia: Puno Distrito: Puno</p> <p>Coordenadas Longitud: 16° 26' 42.787" S Latitud: 71° 31' 52.850" W</p> <p>URL Maps https://maps.app.goo.gl/yR5c1UmDG3SnQRk16</p> 
Año o rango de años en que se realizó la investigación	Agosto 2024 – Diciembre 2024
URL de disciplinas OCDE https://concytec-pe.github.io/Peru-CRIS/vocabularios/ocde_ford.html - Librería	<p>Salud Pública https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.05</p> <p>Ciencias Sociales https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.00.00</p> <p>Psicología https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00</p>



UNIVERSIDAD ANDINA NESTOR CERESER VELASQUEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo HAYDEE ALCIDA YANAPA QUISPE, identificado con DNI Nro. 44723059 en mi condición de egresado de:

- Escuela Profesional**
- Programa de Segunda Especialidad,**
- Programa de Maestría o Doctorado**

PSICOLOGÍA

informo que he elaborado el/la **Tesis** o **Trabajo de Investigación**, **Trabajo Académico** denominada:
ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ARTE DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO, PUNO 2024

Asesorado por: Dra. SANDRA ALEJANDRA FERNANDEZ MACEDO

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

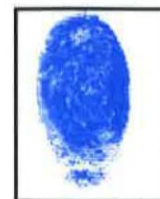
Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

El incumplimiento de lo declarado da lugar a responsabilidad del declarante, en consecuencia; a través del presente documento asumo frente a terceros, la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez y/o la Administración Pública toda responsabilidad que pueda derivarse por el trabajo final presentado. Lo señalado incluye responsabilidad pecuniaria incluido el pago de multas u otros por los daños y perjuicios que se ocasionen.

Juliaca 31 de marzo del 2025


Firma del Asesor
(obligatoria)


Firma del Estudiante
(obligatoria)



Huella



DEDICATORIA

A Dios, por brindarme la oportunidad de ser madre y tener una familia maravillosa. Al amor más grande de mi vida, a Jesús Alejandro que es la razón de mi vida y motor primordial para poder crecer a nivel personal y profesional, mi hijo adorado. A mi esposo por su apoyo constante e incondicional. Y a mis padres, Dominga Quispe y Pablo Yanapa por todo el sacrificio que hicieron por sus hijos.



AGRADECIMIENTO

A la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez y a la Facultad de Ciencias de la Salud, que a través de los docentes me permiten lograr un propósito de vida, ser psicólogo.

A Dra. Sandra Alejandra Fernández Macedo, por su gran apoyo en el campo de la investigación, mi eterno reconocimiento.

A los miembros de jurado, por el compromiso y aporte constante al informe final de la tesis.

Al Decano, directivos, docentes y estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional del Altiplano, por su predisposición y amplitud.



ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO	iv
ÍNDICE GENERAL	v
ÍNDICE DE TABLAS.....	viii
ÍNDICE DE FIGURAS.....	ix
RESUMEN	x
ABSTRACT	xi
INTRODUCCIÓN	xii

CAPÍTULO I

ASPECTOS GENERALES

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
– Problema general.....	3
– Problemas específicos.....	3
1.2 JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO	4
– Justificación teórica	4
– Justificación practica.....	5
– Justificación metodológica.....	5
1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	6
– Objetivo general.....	6
– Objetivos específicos	6
1.4 HIPÓTESIS	6
– Hipótesis general	6
– Hipótesis específicas	6



1.5 VARIABLES..... 7

1.6 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES..... 8

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN 9

- A nivel internacional.....9
- A nivel nacional12
- A nivel regional.....16

2.2 MARCO TEÓRICO 19

2.3 MARCO CONCEPTUAL 34

CAPÍTULO III

PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN..... 36

3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN 36

3.3 MÉTODO APLICADO A LA INVESTIGACIÓN..... 37

3.4 POBLACIÓN Y MUESTRA 37

3.5 TÉCNICAS, FUENTES E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN 38

- Técnicas.....38
- Instrumentos39

3.6 PLAN DE RECOLECCIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS..... 39

3.7 CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS..... 39

3.8. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO..... 41

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 RESULTADOS 41



CONCLUSIONES	78
RECOMENDACIONES.....	80
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	82
ANEXOS	90
ANEXO 1: MATRIZ DE SISTEMATIZACIÓN DE DATOS	91
ANEXO 2: MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	94
ANEXO 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	95
ANEXO 4: INSTRUMENTO	96
ANEXO 5: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO	99
ANEXO 6: AUTORIZACIÓN DONDE SE REALIZÓ LA INVESTIGACIÓN	102



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.....	42
Tabla 2	Elementos estresores y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.....	48
Tabla 3	Reacciones físicas y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno	54
Tabla 4	Reacciones psicológicas y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.....	60
Tabla 5	Reacciones comportamentales y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.....	66
Tabla 6	Estrategias de afrontamiento y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.....	72



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	Estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.....	43
Figura 2	Elementos estresores y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.....	49
Figura 3	Reacciones físicas y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno	55
Figura 4	Reacciones psicológicas y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.....	61
Figura 5	Reacciones comportamentales y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.....	67
Figura 6	Estrategias de afrontamiento y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.....	73



RESUMEN

El estrés es una situación que se evidencia en la vida académica de los estudiantes universitarios que no necesariamente se refleja en el resultado final del rendimiento académico. Como objetivo general se planteó determinar la relación del estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno. La metodología es de tipo básica, de diseño no experimental, nivel correlacional y aplicando el método hipotético deductivo, que considera una muestra de 225 estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano, la técnica de recolección de datos fue la encuesta y el instrumento un cuestionario de tipo Likert para la variable de estudio estrés y la técnica de revisión de información para la variable rendimiento académico. El tratamiento de datos se realizó a través el programa estadístico SPSS Versión 27, y el contraste de hipótesis se realizó mediante Rho de Spearman, teniendo como resultado el 2,2% de los estudiantes presenta un nivel alto de estrés y un rendimiento académico deficiente, en contraste con el 7,1% que muestra bajo estrés y un rendimiento académico excelente. Además, el 44,9% de los estudiantes refiere niveles moderados de estrés y un rendimiento académico bueno. Se concluye que el estrés y el rendimiento académico se relacionaron de manera negativa moderada por lo que se acepta la hipótesis de investigación. Esta correlación negativa indica que, a mayor estrés experimentado, menor será el rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno en el año 2024.

Palabras clave: estrés, elementos estresores, síntomas, rendimiento académico.



ABSTRACT

Stress is a situation that is evident in the academic life of university students that is not necessarily reflected in the final result of academic performance. The general objective was to determine the relationship between stress and academic performance of students at the Professional School of Art of the National University of the Altiplano of Puno. The methodology is basic, non-experimental in design, correlational level and applying the hypothetical deductive method, which considers a sample of 225 students from the Professional School of Art of the National University of the Altiplano, the data collection technique was the survey, and the instrument was a Likert-type questionnaire for the study variable stress and the information review technique for the academic performance variable. The data treatment was obtained through the SPSS Version 27 statistical program, and the hypothesis contrast was did using Spearman's Rho, resulting in 2.2% of the students presenting a high level of stress and poor academic performance, in contrast to 7.1% who show low stress and excellent academic performance. Furthermore, 44.9% of students report moderate levels of stress and good academic performance. It was concluded that stress and academic performance were related in a moderate negative way, so the research hypothesis is accepted. This negative correlation indicates that the greater the stress experienced, the lower the academic performance of students at the Professional School of Art of the National University of the Altiplano of Puno in 2024.

Keywords: stress, stressors, symptoms, academic performance.



INTRODUCCIÓN

En la actualidad, la decisión de iniciar estudios universitarios se contempla dentro de un mundo competitivo, todo esto es una experiencia que el futuro estudiante universitario vivencia en una etapa de su vida. Justamente el inicio de actividades académicas el estudiante universitario está sujeto a cumplir las actividades que el docente planifica y ejecuta en aula. El trajín dentro de la vida universitaria puede estar muy cargado de actividades estresantes y en algunos casos difícil de manejar, ya que los cambios en el desarrollo de los adolescentes pueden influir, la política educativa a nivel de formación universitaria se orienta a brindar educación de calidad y exigencia en el estudiante. Es de esta manera, que los jóvenes ven marcada su nueva etapa de interacción con el medio con el que se enfrentan, dejando de lado varias actividades de familia, barrio y otras que ocupaban espacios muy importantes antes de iniciar una carrera profesional. El hecho de pasar de una forma de vida más tranquila y armoniosa a otra provocan cambios en el aspecto comportamental, psicológico y físico y sobre todo la incertidumbre que se tiene en los diferentes cursos que se tiene una carga de actividades académicas que determinan finalmente su rendimiento académico.

El proceso de la investigación buscó justamente identificar la relación entre el estrés y el rendimiento académico, mostrando la determinación de las variables teniendo en cuenta la relevancia de los niveles de estrés y el rendimiento académico alcanzado por los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano. En tanto, el estrés académico se considera a la reacción que los estudiantes demuestran en un momento de vida académica por la presencia de diversas actividades como asignaciones de trabajos



individuales y grupales de investigación, lecturas, exámenes y otros. Estas situaciones activan respuestas a nivel físico, psicológico y comportamental. En cambio, el rendimiento académico es la valoración final de la responsabilidad demostrada durante un semestre académico, plasmándose finalmente en el promedio ponderado expresado en una evaluación vigesimal con opción a mejorar continuamente los próximos semestres y estar dentro de un rango de los mejores estudiantes del grupo.

Con el propósito de desarrollar la investigación, se ha presentado el informe final a través de 04 apartados: En el CAPITULO I, se presentan los aspectos generales de la investigación, en este capítulo se realiza planteamiento del problema, que contiene la identificación y el enunciado del problema, la justificación, los objetivos, las hipótesis y variables. En el CAPITULO II, se realiza la revisión de Literatura, que contiene el Marco teórico y los antecedentes, que vienen a ser el soporte teórico para el desarrollo de la presente investigación. Luego, se continúa con el CAPITULO III, metodología de la investigación, en la cual se da a conocer el lugar de estudio, la población y muestra, métodos de investigación y descripción detallada de métodos por objetivos específicos. En el CAPITULO IV, Se exponen y analizan los resultados obtenidos. Finalmente se resumen las principales conclusiones y recomendaciones de la investigación. Así mismo, se incluye las referencias bibliográficas y los anexos correspondientes.



CAPÍTULO I

ASPECTOS GENERALES

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1.1 Descripción del Problema

A nivel internacional, el estrés cada vez es mayor en los estudiantes de los diferentes niveles educativos, esta situación conlleva a considerar como problema de salud pública tanto en países desarrollados como en países en desarrollo. Se halla que el estrés académico es una problemática notable en los estudiantes universitarios; es preponderantes el desenvolvimiento según género, el interés que motiva orientarse al cumplimiento de actividades académicas siendo relevante la presencia de algunas conductas de salud indicadores precisos de estrés académico. (1)

La formación profesional se diferencia en las universidades del mundo, teniendo prevalencia la exigencia en países desarrollados con un mayor nivel de formación, a diferencia de la formación en países en desarrollo, que se manifiestan con mayor preponderancia los estímulos estresores siendo continuo en el rendimiento académico de los estudiantes que los conlleva a ser



más susceptibles y a tener mostrar indicadores de estrés académico; mientras que son cada vez mayor la cantidad de estudiantes que muestran síntomas con reacciones físicas inadecuadas, carga a nivel de las reacciones psicológicas y comportamentales.

A nivel nacional, se han realizado diversos estudios e investigaciones que han evidenciado el impacto del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes de diferentes escuelas profesionales de universidades peruanas han mostrado interés en abordar este problema, ya que afecta la calidad de la educación y el desarrollo integral de los estudiantes. Se han establecido políticas educativas a nivel de la educación superior universitaria que permita ayudar al estudiante a sobrellevar la carga académica de la mejor manera posible, sin embargo, no se muestran resultados alentadores, es por ello que la tarea de los docentes universitarios no solamente debería ser académica sino una real articulación con las oficinas de tutoría con la finalidad de incrementar niveles de rendimiento académico y por ende, bajar los niveles de estrés principalmente a finales de los semestres académicos.

En el departamento de Puno, es importante considerar las características específicas de la formación de los estudiantes en las universidades que cumplen un rol trascendente, sin embargo, es relevante manifestar que la carga emocional que sienten durante su formación semestre a semestre implica tener mejores condiciones del servicio educativo brindado en las aulas

universitarias; es importante reconocer que la planificación hecha en el silabo universitario muchas veces se traduce en cumplimiento en contenido mas no en tiempo concreto porque existe actividad extracurriculares que limitan dicha acción, por ejemplo. Es posible que factores como la presión académica, el ambiente familiar, la competencia entre compañeros y la falta de recursos y apoyo puedan influir en el nivel de estrés de los estudiantes y, por ende, en su rendimiento académico. Identificar estos factores locales es fundamental para diseñar intervenciones efectivas que promuevan el bienestar de los estudiantes y mejoren su desempeño académico.

1.1.2 Formulación del problema

Problema General

¿Cuál es la relación del estrés con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano – 2024?

Problemas Específicos

PE₁ ¿Existe relación significativa entre los estímulos estresores y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno?

PE₂ ¿Existe relación significativa entre los síntomas y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno?



PE₃ ¿Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno?

1.2 JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

La investigación nació a razón de la gran data que en estos momentos se presentan a nivel de la formación universitaria en el país, siendo los datos en estadística relevantes e importantes para su análisis. Perú, tiene un estrés que es más común en las mujeres y tiene una incidencia anual de alrededor del 14% por encima de los límites normales. Más del 30% de los habitantes de la capital y provincias experimentan estrés, según el Ministerio de Salud (MINSA). Esto significa que tres de cada diez personas presentan niveles elevados de tensión o estrés, que pueden atribuirse a diversas cuestiones, como la salud, el trabajo, la socialización, los estudios, la familia, los problemas sentimentales y las dificultades económicas (2).

La preocupación por los elevados índices de fracaso y abandono escolar, el tiempo que tardan los estudiantes en terminar sus estudios y la masificación son frecuentes en la educación, sobre todo en la superior todos los bajos porcentajes de graduados y específicamente de titulados (3).

Justificación Teórica

Existe una amplia base teórica que respalda la relación entre el estrés y el rendimiento académico. Teorías psicológicas como el modelo de estrés



y afrontamiento mediante estrategias, así como investigaciones en psicología educativa, han demostrado cómo el estrés puede interferir con la capacidad de concentración, memoria y toma de decisiones, afectando así el desempeño académico de los estudiantes.

Además, en el contexto específico de la educación superior a nivel artístico en la única escuela profesional con formación en artes plásticas, música y danza es relevante considerar aspectos socioculturales y económicos locales que podrían influir en el estrés de los estudiantes así mismo en su rendimiento académico.

Justificación Practica

La investigación sobre estrés y rendimiento académico en estudiantes que serán futuros artistas podría proporcionar información valiosa para los profesionales de las artes, los docentes y los responsables de la conducción de la Escuela Profesional de Arte.

Además, abordar este problema puede alcanzar algún tipo de impacto positivo dentro de la formación académica y profesional en relación a la calidad y el bienestar general de los estudiantes, lo que a su vez puede contribuir al desarrollo socioeconómico de la comunidad educativa en general.

Justificación Metodológica

La metodología utilizada en el estudio debe ser rigurosa y adecuada para abordar la complejidad del tema. Esto puede implicar el uso de métodos que implique la aplicación de un instrumento validado para medir el estrés como un instrumento para conocer el rendimiento académico de los estudiantes.



1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

Objetivo General

Determinar la relación del estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano – 2024.

Objetivos Específicos

- OE₁** Establecer el grado de relación de los estímulos estresores con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano.
- OE₂** Identificar el grado de relación de los síntomas con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano.
- OE₃** Relacionar las estrategias de afrontamiento con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano.

1.4 HIPÓTESIS

1.4.1 Hipótesis General

Existe relación significativa entre estrés y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano – 2024.

1.4.2 Hipótesis Especificas

HE₁ Existe relación significativa de los estímulos estresores y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano.



HE₂ Existe relación significativa de los síntomas y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano.

HE₃ Existe relación significativa de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano.

1.5 VARIABLES

Variable1: Estrés

Variable 2: Rendimiento académico



1.6 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE VALORACIÓN
Variable 1: Estrés	1.1. Elementos estresores	1.1.1. Competencia entre compañeros. 1.1.2. Sobrecarga de tareas. 1.1.3. La personalidad y el carácter del docente. 1.1.4. Las evaluaciones. 1.1.5. Tipos de trabajos. 1.1.6. No se entiende los temas. 1.1.7. Participación en clase	Bajo (29 – 67)
	1.2. Síntomas	1.2.1. Reacciones físicas. 1.2.2. Reacciones psicológicas. 1.2.3. Reacciones comportamentales.	Moderado (68 – 106)
	1.3. Estrategias de afrontamiento	1.3.1. Habilidad asertiva. 1.3.2. Ejecución de un plan para la elaboración de tareas. 1.3.3. Elogios a sí mismo. 1.3.4. La religiosidad. 1.3.5. Búsqueda de información sobre la situación 1.3.6. Ventilación y confidencias	Alto (107 – 145)
Variable 2: Rendimiento académico	2.1. Nivel de rendimiento académico	2.1.1. Excelente 2.1.2. Bueno 2.1.3. Regular 2.1.4. Deficiente	Excelente (17 a 20) Bueno (14 a 16) Regular (11 a 13) Deficiente (0 a 10)



CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

A nivel internacional

Calatayud. (4). Realizó un estudio sobre “Estrés como factor de riesgo en el rendimiento académico en el estudiantado universitario”, Costa Rica; 2022. Objetivo: determinar si el estrés durante la pandemia de COVID-19 supone un riesgo para el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. **Material y método:** En este estudio cuantitativo correlacional se utilizó el análisis factorial de componentes principales y el índice aditivo del Cuestionario de Salud de los Pacientes (PHQ-9) para medir el estrés, mientras que para estimar el riesgo académico se empleó el método de regresión probit. La muestra estuvo compuesta por 1.046 estudiantes universitarios de tres programas de estudio diferentes. **Resultado:** evidenciaron que el estudiantado con mayores niveles de estrés presenta una propensión significativamente mayor a reportar un deterioro en sus calificaciones y logros de aprendizaje durante dicho periodo. **Conclusión:** enfatizaron la necesidad de implementar



estrategias institucionales que contribuyan a reducir el estrés en la población universitaria, con el propósito de mitigar su impacto negativo en el rendimiento académico.

Clemente. (5). Desarrolló un estudio titulado “Estrés académico y ansiedad en estudiantes de enfermería”, México; 2021. Objetivo: identificar la relación de estrés académico y ansiedad en estudiantes de la licenciatura en enfermería. **Material y método:** En este estudio cuantitativo correlacional se utilizó el análisis factorial de componentes principales y el índice aditivo del Cuestionario de Salud de los Pacientes (PHQ-9) para medir el estrés, mientras que para estimar el riesgo académico se empleó el método de regresión probit. La muestra estuvo compuesta por 1.046 estudiantes universitarios de tres programas de estudio diferentes. **Resultado:** Según él, entre el 10 y el 25% de los adultos de todo el mundo padecen algún tipo de enfermedad mental, lo que la convierte en un problema de salud pública. La ansiedad afecta a más de 260 millones de personas en todo el mundo, y el estrés afecta al 50% de la población. Según los informes, entre el 13% y el 17% de los estudiantes de enfermería sufren ansiedad, y entre el 30% y el 45% de hombres y mujeres padecen estrés. **Conclusión:** Estos hallazgos sugieren que las condiciones de estrés y ansiedad puede empeorar las enfermedades crónicas, hacer que se pierdan años escolares, aumentar la mortalidad académica y provocar el abandono escolar.

Espinosa, et al. (6). Realizaron un estudio titulado “Influencia del estrés sobre el rendimiento académico” – Venezuela; 2020. Objetivo: describir la influencia del estrés en el rendimiento académico de



estudiantes universitarios. **Material y método:** El enfoque cuantitativo del paradigma positivista sirvió de base para el estudio. Se utilizó la escala de estrés desarrollada por Borges y Melgosa para recolectar datos de una muestra de estudiantes de psicología y trabajo social de la Universidad Simón Bolívar, Cúcuta. **Resultado:** Los resultados demostraron que los estudiantes con mayores niveles de estrés obtuvieron peores resultados en sus actividades académicas y que existe una relación negativa significativa entre el estrés y el rendimiento académico. **Conclusión:** Se subrayó lo crucial que es poner en marcha programas de gestión del estrés para estudiantes universitarios con el fin de mejorar tanto su bienestar general como su rendimiento académico.

Kloster & Perrotta. (7). Desarrollaron un estudio titulado “Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná”, Argentina; 2020. Objetivo: descripción de los principales factores estresantes, los mecanismos de afrontamiento y el estrés académico de los estudiantes universitarios. **Material y método:** El estudio se realizó con una metodología cuantitativa, utilizando una muestra de 163 estudiantes universitarios y la encuesta SISCO de Estrés Académico. Para muestras independientes, se aplicó la prueba t de Student y estadística básica. **Resultado:** Los resultados nos permitieron confirmar que no existen diferencias estadísticamente significativas en el grado de estrés académico entre los estudiantes de primer y último año, y que los universitarios presentan un nivel moderado de estrés académico. **Conclusión:** Se observó que los estudiantes de primer año tendían a



presentar un nivel de estrés académico mayor en comparación con los de últimos años.

Morales et al. (8). Realizaron un estudio titulado “Estrés académico en estudiantes mexicanos de nivel medio superior durante el confinamiento por COVID-19”, México; 2021. Objetivo: explorar y analizar la posible presencia de síntomas de estrés académico, así como determinar su relación con la procrastinación académica, el uso inapropiado del internet o la adicción a las redes sociales durante el confinamiento. **Material y método:** Participaron 246 adolescentes del estado de Puebla, México. La investigación fue de tipo descriptiva, correlacional con enfoque cuantitativo y diseño no experimental. **Resultado:** Se hallaron síntomas de estrés académico y su asociación con el uso inadecuado del internet o las redes sociales. **Conclusión:** Se determinó que el estrés académico no se correlacionó con la procrastinación académica.

A nivel nacional

Maza y Sanjinez. (9). Desarrollaron un estudio titulado “Estrés y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Obstetricia de la Universidad Nacional de Tumbes” Perú; 2019. Objetivo: determinar el grado de relación entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de dicha escuela profesional. **Material y método:** La investigación se fundamentó en un enfoque cuantitativo, con diseño descriptivo, correlacional, no experimental y transversal. Para medir el nivel de estrés se utilizó el



Inventario Sistemático Cognoscitivista (SISCO), validado por el Dr. Arturo Barraza. Los autores diseñaron un formulario para recopilar el promedio ponderado de cada estudiante. **Resultado:** Los resultados mostraron que no existe una correlación estadísticamente significativa entre el rendimiento y el estrés académico. **Conclusión:** Se determinó que las variables de estrés y rendimiento académico son independientes.

Rivera. (10). Realizó un estudio sobre “Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Universidad de San Martín de Porres en contexto de pandemia” Perú; 2021. Objetivo:

determinar la relación entre los niveles de estrés y el rendimiento académico en estudiantes universitarios durante el contexto pandémico.

Material y método: La investigación se fundamentó en un diseño no experimental, transversal, ambispectivo y descriptivo-correlacional. Se utilizó la *Escala de Percepción Global de Estrés para Universitarios* (adaptada a estudiantes universitarios peruanos), aplicada a una población de 532 estudiantes de tercer y cuarto ciclo. Las variables fueron evaluadas mediante tablas, gráficos y pruebas de correlación. **Resultado:**

Mediante la correlación de Spearman, se obtuvo un valor de 0.14, indicando una correlación positiva media que no fue suficiente para confirmar la hipótesis de relación significativa entre las variables.

Conclusión: Se determinó que el estrés no impacta de forma determinante en el rendimiento académico dentro de la población estudiada.

Quiroz. (11). desarrolló un estudio sobre “Nivel de estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de enfermería



del séptimo y octavo ciclo de la Universidad Norbert Wiener”, Perú;

2022. Objetivo: analizar la relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en estudiantes de enfermería. **Material y método:** Investigación de enfoque cuantitativo, aplicado, no experimental, correlacional y transversal, con una muestra de 120 estudiantes. **Resultado:** Se encontraron correlaciones significativas entre el rendimiento académico y diversas características, como los estímulos estresantes (71%), las reacciones corporales (87%), las reacciones psicológicas (75%), las reacciones conductuales (55%) y el grado general de estrés (89%). En el 42,7% de los casos, el estrés medio se asoció con el rendimiento académico medio. **Conclusión:** Se observó que el rendimiento académico se veía afectado significativamente por los niveles generales de estrés.

Vargas & Huayhua. (12). Realizaron un estudio sobre “Estrés y rendimiento académico en adolescentes durante la pandemia COVID-19 en la Institución Educativa Pública, Amazonas”, Perú;

2022. Objetivo: determinar la relación entre estrés y rendimiento académico en adolescentes durante la pandemia. **Material y método:** El estudio utilizó un diseño descriptivo, una metodología cuantitativa y una muestra de conveniencia de 191 personas. El rendimiento académico se evaluó mediante las notas del primer semestre en matemáticas y comunicación, y se empleó el Inventario de Estrés Académico SISCO, que tiene una fiabilidad Alfa de Cronbach de 0,90. **Resultado:** Se analizaron los niveles de estrés y rendimiento académico de los adolescentes.



Conclusión: No se encontró una relación significativa entre estrés y rendimiento académico en los adolescentes evaluados.

Martínez. (13). Realizó un estudio titulado “Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes del segundo año de Medicina”, Cuba; 2023. Objetivos: crear un perfil descriptivo del estrés académico y determinar cómo se relaciona con los estudiantes de segundo año de medicina de la Universidad de Ciencias Médicas de la Filial de Ciencias Médicas de Las Tunas en las áreas del aparato cardiovascular, respiratorio, digestivo y renal. **Materiales y métodos:** 71 estudiantes constituyen la muestra de esta investigación observacional, analítica y correlacional. Se midió el estrés académico mediante el Inventario SISCO SV 21 y se revisaron los expedientes docentes para determinar el rendimiento académico. **Resultados:** Se analizaron los niveles de estrés y rendimiento académico de los estudiantes. **Conclusión:** Se logró establecer el perfil del estrés académico y determinar su relación con el rendimiento académico en la población estudiada.

Infantas & Heredia. (14). Desarrollaron un estudio titulado “Estrés académico y rendimiento académico de los estudiantes de una institución de educación”, Perú; 2023. Objetivos: conocer la relación entre el rendimiento académico y el estrés académico de los alumnos del Instituto de Educación Superior Pedagógico Privado Edutek de Tacna. **Materiales y métodos:** Investigación básica, con enfoque cuantitativo, alcance sincrónico, diseño no experimental y transversal, de nivel



correlacional. La población comprendió 181 estudiantes, trabajando con una muestra de 133. **Resultados:** entender cómo los estudiantes del Instituto de Educación Superior Pedagógico Privado Edutek de Tacna relacionan su éxito académico y el estrés académico. **Conclusión:** Se determinó que un menor nivel de estrés académico se asocia con un mayor rendimiento académico, y viceversa.

A nivel regional

Álvarez & Quispe. (15). Realizaron un estudio sobre “Estrés académico y estilo de vida en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública en la ciudad de Juliaca”, Perú; 2022. Objetivo: demostrar la relación inversa entre la dimensión alimentación y las dimensiones de estresores, reacciones físicas, psicológicas, comportamentales y estrategias de afrontamiento ($p < 0.05$). **Material y método:** Investigación cuantitativa de corte transversal, utilizando el diseño estadístico de Spearman para el análisis de datos. **Resultado:** A excepción de los mecanismos de afrontamiento ($Rho = 0,215$), el componente de autocuidado presentó relaciones negativas con las dimensiones de estrés académico. Con diferencias en los coeficientes de correlación, se demostró una asociación débil e inversa entre las dimensiones de estrés académico y la dimensión de consumo peligroso de drogas. **Conclusión:** Las estrategias de afrontamiento presentaron una relación directa con esta dimensión ($Rho = 0.189$; $p > 0.05$). **Barrantes. (16). realizó un estudio sobre “Estrés académico y repercusión en el rendimiento escolar de los estudiantes del**



segundo grado de las Instituciones de Jornada Escolar Completa de la UGEL San Román, Perú; 2022. Objetivo: determinar la relación entre el estrés académico y el estilo de vida de los estudiantes. **Material y método:** Investigación con enfoque cuantitativo, utilizando una encuesta como instrumento, validada mediante el inventario SISCO como elemento fundamental para evaluar el estrés académico en estudiantes. **Resultado:** Los estudiantes de segundo grado que asisten a escuelas de jornada completa en la UGEL San Román tienen niveles «altos» de estrés académico, según los resultados de la prueba de estrés. **Conclusión:** Se encontraron numerosos síntomas conductuales, psicológicos y físicos relacionados con la forma en que el estrés académico afecta a las actividades cotidianas de los estudiantes.

Cotrado. (17). Desarrolló un estudio titulado “Estrés académico en la modalidad de prácticas virtuales en internistas de psicología de una universidad de Andahuaylas y una universidad de Juliaca”, Perú; 2021. Objetivo: establecer la relación entre el estrés académico y las prácticas virtuales de los internistas. **Material y método:** métodos de investigación cuantitativos, transversales, descriptivo-comparativos y no experimentales. La población estuvo conformada por 99 estudiantes de psicología de último año, con edades entre 18 y 50 años. Se dividieron entre 56 estudiantes de una universidad de Juliaca y 43 estudiantes de una universidad de Andahuaylas. **Resultado:** Se determinó que no existe una diferencia significativa en la dimensión síntomas entre los internistas de psicología de ambas universidades. **Conclusión:** Se estableció que



tampoco hay una diferencia significativa en la dimensión estrategias de afrontamiento en la población estudiada durante el año 2021.

Flores. (18). Realizó un estudio titulado “Autoestima y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Pontificia Católica Santa María, Juliaca”, Perú;

2023.Objetivo: determinar el grado de relación entre la autoestima y el rendimiento académico. **Material y método:** Investigación con enfoque cuantitativo, nivel correlacional, método deductivo, tipo aplicada y diseño no experimental de corte transversal, con una población de 76 estudiantes. **Resultado:** Mediante el estadístico no paramétrico Rho de Spearman, se obtuvo una relación positiva muy alta del 94.5%, con un p-valor de 0.000 ($p < 0.05$), corroborado por el estadístico Tau b de Kendall.

Conclusión: Se determinó que la relación entre autoestima y rendimiento académico es significativa.

Calcina. (19). Realizó un estudio titulado “Factores socioeconómicos y culturales asociados al estrés en estudiantes del sexto ciclo en la especialidad de comunicación del Instituto Superior Pedagógico Público Azángaro”, Perú;

2023.Objetivo: explicar el estrés académico en los internistas. **Material y método:** Investigación no experimental, de enfoque correlacional, transversal y cuantitativo, con muestra censal, utilizando encuesta y cuestionario como instrumentos de recolección de datos. **Resultado:** Se analizaron los factores relacionados con el estrés académico. **Conclusión:** Se determinó que existen factores socioeconómicos y culturales relacionados con el nivel de estrés en variables, como el tipo de familia, el apoyo económico, el lugar de origen



y la ubicación residencial, son estadísticamente significativas ($p < 0,05$) para los estudiantes.

Pérez. (20). desarrolló un estudio acerca del “Estrés académico y salud oral en contexto COVID-19 en estudiantes de la clínica odontológica de la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez de la ciudad de Juliaca”, Perú; 2023. **Objetivos:** determinar la relación entre el estrés académico y la salud oral en el contexto del COVID-19. **Materiales y métodos:** Investigación básica, con enfoque cuantitativo, correlacional, no experimental y de corte transversal. **Resultados:** Se analizaron las variables de estrés académico y salud oral. **Conclusión:** En 2022, se descubrió que la salud bucodental de los estudiantes y la cantidad de estrés académico que experimentaban estaban significativamente correlacionadas en la clínica dental de la universidad.

2.2 MARCO TEÓRICO

2.2.1 Estrés

El Dr. Hans Selye (1935) reconocido como el padre del estudio del estrés, dio a conocer una definición clave al describirlo como “La respuesta adaptativa del organismo ante los diversos estresores” a este proceso lo denominó “Síndrome General de Adaptación”, haciendo referencia a una serie de respuestas fisiológicas que el organismo pone en marcha frente a situaciones demandantes del día a día. (21)

Según Ávila, J. (2014) Estrés es una reacción fisiológica provocada por alguna situación difícil ya sea física o emocional por cuanto el



organismo responde con diferentes reacciones de defensa. A menudo, este mecanismo de defensa de constante tensión forzó a nuestro organismo a poner todo su potencial al máximo, lo que, a la larga, se traduce en algún tipo de enfermedad o problema de salud. (22)

Oblitas (2004) destacan la existencia de diversas perspectivas teóricas para abordar el concepto de estrés. Según este autor, los enfoques fisiológicos y bioquímicos se centran en las reacciones orgánicas que ocurren en el cuerpo cuando una persona percibe una situación como amenazante. Por otro lado, los enfoques psicosociales ponen su atención en los factores externos, es decir, en los estímulos o eventos externos que generan estrés. En cuanto a los enfoques cognitivos, estos enfatizan que el estrés surge a partir de la interpretación que realiza la persona, considerando tanto factores internos como externos del entorno. Finalmente, los enfoques integradores proponen una visión más global del estrés, destacando que este fenómeno resulta de la interacción y convergencia de múltiples variables. (23)

2.2.2 Enfoque psicosomático clásicos

Según Bensabat (1987) cuando el estrés no se enfrenta de manera adecuada, puede desencadenar diversos síntomas y trastornos psicosomáticos. En este sentido, Melgosa (1995) describe las enfermedades psicosomáticas como aquellas que, aunque se manifiestan con síntomas físicos, tienen su origen en factores psicológicos como el estrés o estados emocionales negativos.



Desde el enfoque psicosomático clásico, esto refuerza la idea de que la mente y el cuerpo están profundamente conectados, y que las tensiones emocionales pueden alterar los sistemas orgánicos, dando lugar a dolencias que combinan componentes físicos y psicológicos. (24)

Según Pepsic (2011) El estrés es una respuesta física, emocional y mental que ocurre frente a estímulos o exigencias del ambiente. Esta reacción puede ser adaptable o inadaptada, en función de su intensidad y duración. El estrés puede categorizarse en académico y laboral, ya que es un fenómeno habitual en distintas circunstancias de la vida cotidiana. (25)

2.2.3 Enfoque para el manejo del estrés

Edmon Jacobson (1929) ideó la conocida «relajación progresiva de Jacobson». Se trata de, en pocos minutos y un poco de práctica, conseguir un estado de relajación corporal y liberar la tensión que el estrés nos hace acumular en nuestro cuerpo. La idea es trabajar con el propio cuerpo tensando y destensando grupos de músculos durante pocos segundos, de manera que con un par de pases conseguimos destensar la tensión que nos acompaña. Ciertamente, conforme practicamos este ejercicio, seremos capaces de relajarnos más en menos tiempo, así que habrá que dedicar más tiempo a los primeros días para conseguir una cierta relajación. (26)

Jon Kabat-Zinn (1979) profesor emérito de la facultad de medicina de la Universidad de Massachusetts, desarrolló el programa MBSR



(Mindfulness Based Stress Reduction), un enfoque de ocho semanas diseñado para mejorar la atención plena y reducir el estrés. Este programa, según diversos autores, no solo promueve una mejor gestión de situaciones complejas, sino que también potencia la resiliencia, el bienestar, y la salud física y mental. Además, fortalece habilidades como la empatía y la capacidad de conectarse con los demás, lo que contribuye a disminuir los conflictos interpersonales. (27)

Por otro lado, McGowan y sus colaboradores señalan que un enfoque práctico y dirigido a la resolución de problemas es clave para reducir los niveles de estrés y prevenir efectos negativos como la ansiedad o la depresión. Mientras tanto, las estrategias centradas únicamente en las emociones, aunque pueden proporcionar alivio temporal, a menudo se relacionan con un aumento en los niveles de malestar psicológico a largo plazo. Estos enfoques resaltan la importancia de adoptar métodos adaptativos y eficaces para gestionar el estrés. (28)

2.2.4 Estrés académico

El estrés académico es un fenómeno que afecta a muchos estudiantes y se relaciona con las exigencias del entorno educativo. Pérez y Martínez (2008) definen el estrés académico como la presión que sienten los estudiantes debido a la carga de trabajo, la competencia entre compañeros y la ansiedad por el rendimiento. Este tipo de estrés puede tener consecuencias negativas en la salud mental y el rendimiento académico, lo que subraya la



necesidad de implementar estrategias de manejo del estrés en el contexto educativo. (29)

Complementando esta perspectiva, Cohen y Janicki (2007) analizan cómo el estrés académico puede llevar a problemas como la ansiedad y la depresión, afectando no solo el bienestar emocional, sino también la capacidad de los estudiantes para rendir académicamente. Ambos grupos de autores coinciden en que las instituciones educativas deben reconocer estos factores estresantes y proporcionar recursos y apoyo para ayudar a los estudiantes a gestionar el estrés de manera efectiva. Esto implica no solo la promoción de habilidades de afrontamiento, sino también la creación de un ambiente que fomente el bienestar emocional y académico. (30)

2.2.5 Elementos estresores

Los elementos estresores son factores que contribuyen a la experiencia del estrés y pueden clasificarse en varias categorías. Lazarus y Folkman (1984) identifican tres tipos de estresores: estresores ambientales, estresores sociales y estresores internos. Los estresores ambientales incluyen factores externos como el ruido, la contaminación o condiciones climáticas adversas. Por otro lado, los estresores sociales se relacionan con interacciones y conflictos interpersonales, mientras que los estresores internos son aquellos que provienen de la propia mente del individuo, como pensamientos negativos o creencias limitantes. (31)



Abouserie (1994) Utilizando una herramienta estandarizada para evaluar el estrés académico en estudiantes universitarios, descubrió que las principales fuentes de estrés eran los exámenes, los resultados de los exámenes, la preparación, la sobrecarga de trabajo, el volumen de material que había que estudiar y la presión por hacerlo bien. Otros factores sociales, como las dificultades económicas o la falta de tiempo para los amigos y la familia, también resultaron ser importantes factores de estrés para los universitarios. (32)

Dentro de los estresores académicos, los estudiantes universitarios frecuentemente enfrentan factores como la sobrecarga de tareas, la presión de los exámenes, las deficiencias en los métodos de enseñanza, y las intervenciones en público. Estos elementos pueden generar niveles elevados de estrés, afectando tanto la salud mental como el rendimiento académico. De acuerdo con un estudio, se ha demostrado que la sobrecarga de trabajo académico y las dificultades metodológicas en el profesorado son fuentes de estrés frecuentes y relacionadas con el agotamiento o el burnout.

2.2.6 Síntomas del estrés

2.2.6.1.1 Reacciones físicas

El estrés tiene un impacto directo en el cuerpo, y diversas investigaciones lo confirman. Según Lazarus y Folkman (1986) los estresores pueden activar la respuesta fisiológica de "lucha o huida", lo que genera respuestas como aumento de la frecuencia cardíaca, tensión muscular y hiperventilación. Estos síntomas son



comunes cuando una persona está bajo estrés agudo. Además, el estrés crónico puede estar asociado con enfermedades cardiovasculares, problemas gastrointestinales y trastornos del sueño como el insomnio, lo que confirma que el estrés prolongado puede afectar negativamente la salud física. (33)

Melgosa (1995) detalla que el estrés desencadena reacciones fisiológicas significativas en el cuerpo, comenzando con la activación del hipotálamo que provoca la liberación de hormonas como la corticotropina. Esta hormona estimula las glándulas suprarrenales para producir adrenalina y cortisona, resultando en un estado de alerta caracterizado por aumento del ritmo cardíaco y tensión muscular. (34)

2.2.6.1.2 Reacciones psicológicas

Lazarus & Folkman (1984) definen que los síntomas psicológicos del estrés abarcan la ansiedad, la depresión, la irritabilidad, la dificultad de concentración y la baja autoestima. Estos síntomas reflejan el impacto emocional del estrés y pueden interferir con la vida diaria y las relaciones interpersonales. (35)

Barraza (2007) comenta que, frente a situaciones de tensión, comúnmente los individuos presentan las siguientes reacciones psicológicas: la ansiedad que va con las sensaciones de preocupación o miedo excesivo, con síntomas físicos como respiración acelerada, sudoración o tensión muscular; el nerviosismo, haciendo que el individuo presente inquietud, agitación y dificultad para relajarse; el miedo, sentir que está en



peligro, incluso en situaciones que no son peligrosas; problemas de salud mental, que puede desencadenar o empeorar problemas de salud mental como la ansiedad, la depresión o el trastorno de estrés posttraumático; irritabilidad, mayor sensibilidad y fácil frustración con reacciones emocionales exageradas; problemas de concentración, tener dificultad para prestar atención, recordar información o completar actividades programadas; y la sensación de tener la mente vacía para pensar con claridad, tomar decisiones o recordar información. (36)

Carrillo (2020) analiza cómo las reacciones psicológicas al estrés están estrechamente relacionadas con los estilos de afrontamiento en pacientes con depresión. Los resultados indican que estos pacientes tienden a responder emocionalmente con ansiedad y preocupación, utilizando estrategias como la búsqueda de apoyo emocional para manejar su situación. (37)

2.2.6.1.3 Reacciones comportamentales

El investigador psiquiatra Barraza (2007) indica que, frente a un contexto de estrés, las personas se muestran con diferentes comportamientos: problemas en las relaciones interpersonales, puede afectar la capacidad de los individuos para interactuar con los demás de manera saludable. Pueden experimentar dificultades para comunicarse, ser más sensibles a las críticas, aislarse socialmente o tener más conflictos con amigos y familiares; la agresividad, aumentar la irritabilidad y la frustración, lo que puede llevar a comportamientos agresivos, como gritar, insultar, ser



violento o tener reacciones desproporcionadas; y el desgano, que provoca la falta de motivación, apatía, desinterés en las actividades que antes disfrutaban y dificultad para concentrarse. (38)

Melgosa (1995) menciona que el estrés puede inducir cambios conductuales significativos, como un aumento en el consumo de sustancias y la aparición de tics nerviosos, lo que puede deteriorar las relaciones interpersonales. Reconocer y gestionar estas reacciones es crucial para evitar efectos negativos en la calidad de vida del individuo. (39)

2.2.6.1.4 Estrategia de afrontamiento del estrés

Carver, Sheier y Weintraub (1983) proponen una clasificación de estrategias de afrontamiento que incluye tanto enfoques activos como reactivos. Estas estrategias abarcan el afrontamiento activo, la planificación, la búsqueda de apoyo instrumental y social, y la suspensión de actividades distractoras. Además, incluyen el uso de la religión, la reinterpretación positiva de las situaciones, el crecimiento personal, así como formas de afrontamiento más defensivas como la aceptación, la gestión emocional, el desahogo, la negación, la desconexión mental y conductual, y el consumo de alcohol y drogas, así como el uso del humor como mecanismo de adaptación. (40)

Frydenberg y Lewis (1997) clasificaron las estrategias de afrontamiento en diversas categorías, que incluyen la búsqueda de diversiones relajantes, el esfuerzo por tener éxito, la distracción física, la tendencia a centrarse en lo positivo, y la concentración en



resolver el problema. También destacan la búsqueda de apoyo espiritual, la inversión en relaciones de amistad cercanas, la búsqueda de ayuda profesional y el apoyo social, así como la necesidad de pertenecer. Además, incluyen acciones sociales, la autoinculpción, la creación de ilusiones, la ignorancia del problema, la falta de afrontamiento, la preocupación constante, la tendencia a guardar el problema para uno mismo y las estrategias para reducir la tensión. (41)

Los mecanismos de afrontamiento son esenciales para una gestión eficaz del estrés. Según Lazarus y Folkman (1984), estas técnicas se dividen en dos grupos principales: el afrontamiento centrado en la emoción y el afrontamiento centrado en el problema. Abordar directamente la causa del estrés, buscar respuestas y actuar para modificar las circunstancias son componentes del afrontamiento centrado en el problema. Por ejemplo, un estudiante que enfrenta una carga de trabajo abrumadora puede optar por organizar su tiempo y priorizar tareas para reducir la presión. En contraste, el afrontamiento centrado en la emoción se enfoca en manejar las emociones que surgen como resultado del estrés, como la ansiedad o la frustración. (42)

Esto puede incluir técnicas como la meditación, la respiración profunda o la búsqueda de apoyo emocional de amigos y familiares. Ambos enfoques son complementarios y pueden ser utilizados en conjunto para mejorar la resiliencia ante situaciones estresantes. La elección de la estrategia adecuada dependerá de



la naturaleza del estresor y de las características individuales de cada persona, lo que resalta la importancia de la autoevaluación y la flexibilidad en el manejo del estrés.

2.2.7 Rendimiento académico

Pizarro (2000) entiende el rendimiento académico como una medida que refleja las capacidades de una persona en relación con lo que ha aprendido a lo largo de un proceso educativo. Este rendimiento se presenta de manera estimativa, ofreciendo una indicación del nivel de conocimiento adquirido como resultado de la instrucción o formación recibida. Según esta definición, el rendimiento académico no solo depende de la cantidad de información retenida, sino también de la capacidad de la persona para responder a los estímulos educativos que se le presentan. Además, el rendimiento académico puede ser evaluado de acuerdo con los objetivos o metas previamente establecidos en el ámbito educativo, lo que permite interpretar los logros de los estudiantes en función de las expectativas planteadas por los educadores o el sistema educativo. En este sentido, el rendimiento académico se convierte en un indicador clave para evaluar la efectividad de los procesos educativos y el progreso de los estudiantes dentro de un marco de enseñanza estructurado. (43)

El diccionario de la Real Academia Española (RAE, 2001) ofrece cinco definiciones principales para la palabra "rendimiento": a) el producto o beneficio que una persona o cosa genera; b) la relación entre el resultado obtenido y los recursos empleados; c) la

sensación de cansancio o falta de energía; d) la actitud de sumisión o subordinación; y e) una expresión de deferencia hacia la voluntad de otro con el fin de servirle o complacerle. (44)

Según el Ministerio de Educación (Minedu) el rendimiento académico se refiere al nivel de logros que un estudiante alcanza a lo largo de su trayectoria educativa, y se entiende como el resultado de su esfuerzo y capacidad para avanzar en su proceso de aprendizaje. Este rendimiento no solo refleja el conocimiento adquirido, sino también la habilidad para continuar con éxito en su formación académica, enfrentando desafíos y superando obstáculos. Así, el rendimiento académico es un indicador del progreso del estudiante dentro del sistema educativo, ayudando a determinar las áreas en las que ha alcanzado sus objetivos y aquellas que requieren mayor atención o mejora para continuar con su desarrollo académico. (45)

Universidad Pedagógica Experimental Libertador (2021) afirma que el rendimiento académico se expresa en las calificaciones con una valoración cuantitativa que determina la aprobación, pérdida o deserción en una asignatura determinada. Sin embargo, las calificaciones son resultantes de varios condicionantes personales, de la docencia, contextos sociales e institucionales. (46)

2.2.8 Factores asociados al rendimiento académico.

A. Determinantes personales

Para Riggleman (s.f.) hay varios aspectos que influyen en la determinación personal de un estudiante, como la influencia de la



familia, el autoconcepto académico, el autocontrol, las actividades extracurriculares y la influencia de los compañeros son elementos significativos que son específicos del rendimiento académico de los niños. El rendimiento académico se ve influido por el apoyo de los padres, las actitudes de la familia hacia la educación y la situación económica. El rendimiento académico y la motivación también se ven afectados por la percepción que tiene el alumno de su propio rendimiento y capacidades, o autoconcepto académico. El autocontrol, es decir, la capacidad de resistir los deseos momentáneos en favor de objetivos a largo plazo, es esencial para centrarse y persistir en las actividades académicas. (47)

La participación en actividades extracurriculares, especialmente deportivas, puede mejorar el rendimiento escolar al beneficiar el bienestar psicológico y cognitivo del estudiante. Además, las relaciones con los compañeros de clase pueden tener un impacto significativo en el rendimiento académico. Un entorno familiar positivo, un buen autoconcepto académico, autocontrol, participación en actividades extracurriculares y relaciones positivas con los compañeros son clave para un buen rendimiento académico

B. Motivación académica

Bandura (1993) desarrolló la teoría cognitiva social, en la que la motivación juega un papel central. Según esta teoría, la motivación se origina de dos factores principales: la expectativa de que el individuo pueda alcanzar una meta y la importancia personal que



esa meta tiene para él. En el contexto del rendimiento académico, la motivación se convierte en un aspecto clave, ya que influye directamente en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Esta perspectiva sugiere que la motivación actúa como un motor psicológico que impulsa al estudiante a participar activamente en su desarrollo cognitivo, lo que, a su vez, impacta de manera significativa en su desempeño académico. (48)

Para Edel (2003) la motivación académica es un proceso global que comienza y guía una conducta hacia la consecución de un objetivo. En este proceso se incluyen tanto factores cognitivos como afectivos: cognitivos, que se refieren a las conductas y habilidades de pensamiento; cognitivos, que se refieren a las conductas y habilidades de pensamiento; y afectivos, que se relacionan con las conductas y habilidades de pensamiento esenciales para lograr los objetivos planteados; afectivas, que incluyen aspectos como la autovaloración, autoconcepto, etc." Ambas variables funcionan en conjunto para potenciar la motivación, proceso que se complementa con otro, crucial en el contexto educativo: el aprendizaje. (49)

C. Desempeño académico

Según Salomona y Martínez (2005) en el marco de la teoría social cognitiva, la competencia cognitiva se refiere a las creencias de los estudiantes sobre su capacidad para organizar y ejecutar las acciones necesarias para alcanzar los objetivos académicos establecidos. Este concepto, relacionado con la autoeficacia, es



fundamental en el rendimiento académico, ya que refleja la confianza que un estudiante tiene en su habilidad para lograr el éxito en sus estudios. La competencia cognitiva se desarrolla a través de experiencias de éxito previas en el ámbito académico, la observación de logros en otros estudiantes, el refuerzo positivo recibido por parte de profesores y compañeros, y la interpretación de sus propios estados emocionales y somáticos. Si los estudiantes interpretan sus emociones y sensaciones físicas de manera positiva, esto fortalecerá su confianza en su capacidad para afrontar los desafíos académicos, lo que puede mejorar su rendimiento. Por el contrario, una interpretación negativa de estos estados podría disminuir su autoeficacia y, en consecuencia, afectar negativamente su desempeño académico. (50)

El desempeño académico se refiere a la manera en que se traduce el aprendizaje en resultados concretos. Woolfolk (2016) define el desempeño académico como una medida del éxito educativo que puede evaluarse a través de diversos métodos, como exámenes, trabajos y proyectos. Woolfolk subraya que el desempeño no solo refleja el conocimiento adquirido, sino también la capacidad del estudiante para aplicar lo aprendido en la resolución de problemas y en situaciones prácticas. (51)

Reddy y Sinha (2013) complementan esta visión al afirmar que el desempeño académico debe considerarse un indicador del potencial de un estudiante para enfrentar futuros desafíos y contribuir positivamente a su comunidad. Este enfoque integral del



desempeño académico resalta la importancia de tener en cuenta tanto los aspectos cognitivos como los contextuales que afectan el aprendizaje y la aplicación del conocimiento. (52)

2.3 MARCO CONCEPTUAL

Estímulos estresores

Son los estímulos, condiciones o situaciones que generan estrés. Se pueden encontrar muchas situaciones estresantes y también muchas clasificaciones de las mismas. Atendiendo al rol que desempeña la persona en la situación podemos hablar de: Estrés académico cuando por ejemplo es época de exámenes. (53)

Estrategias de afrontamiento

Son consideradas como herramientas o también recursos que un individuo puede desarrollar a lo largo de su vida y en relación a una situación en particular, esto le permite salir de una situación problemática sin mayores consecuencias negativas. (54)

Estrés

Se puede definir el estrés como una respuesta física, emocional y cognitiva a demandas internas o externas que superan los recursos de afrontamiento del individuo. En el contexto académico, el estrés puede surgir de diversas fuentes, como exámenes, trabajos académicos, presión de los compañeros, expectativas de los padres y docentes, entre otros. (55)

Inquietud situacional

Se conoce como el estado actual de nervios que demuestra una persona ante una acción definida. En ese entender, este ser demuestra una

situación de intranquilidad sin paz ni menos alcanza niveles de relajación porque existe situaciones que generan preocupación constante. (56)

Reacciones comportamentales

Retraimiento, inquietud, Alteraciones del sueño, cambios en el apetito, aumento del consumo de alcohol u otras sustancias, arrebatos de ira, problemas para expresarse, frustración o cualquier comportamiento diferente al habitual. (57)

Reacciones físicas

Es aquella en la que se presentan alteraciones en una o más variables medibles físicamente tales como la temperatura, presión, densidad, etc. (58)

Reacciones psicológicas

Se define como una cadena de emociones que presenta la persona a razón de una situación que le inquieta, entonces las manifestaciones más presentes son: miedo, ira, temor, ansiedad, depresión u otros. (59)

Rendimiento Académico

Se refiere al nivel de éxito de un estudiante en sus actividades educativas, que incluyen la realización de exámenes, la finalización de tareas y proyectos, la participación en clases y la obtención de calificaciones. Este rendimiento puede medirse mediante indicadores objetivos, como calificaciones, promedios y resultados de pruebas estandarizadas. (60)

Síntomas

Se entiende como una situación real que afecta a un individuo sea físicamente, psicológicamente o a nivel comportamental. Esto puede manifestarse en cambios radicales y constantes. (61)

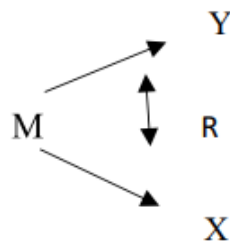
CAPÍTULO III

PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

Un diseño de la investigación hace referencia a un plan de acción que se pone en marcha con la finalidad de recabar la información que se requiere.

La investigación es un diseño no experimental. (62)



Dónde:

M = Muestra

Y = Variable 1 Estrés

X = Variable 2 Rendimiento académico

R = Relación entre las dos variables

3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN

Es una investigación básica de nivel relacional y corte transversal ya que busca información relevante de la unidad de análisis sobre el estrés y el



rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la UNA Puno.

3.3 MÉTODOS APLICADOS A LA INVESTIGACIÓN

Método de investigación

El método que se aplicó es el hipotético-deductivo con enfoque cuantitativo, como lo afirma Bernal, quien sostiene que este método se ha relacionado principalmente con las investigaciones cuantitativas. Por ende, se va de lo general a lo particular. (63)

3.4 POBLACIÓN Y MUESTRA

Población

La población está constituida por los estudiantes matriculados en la Escuela Profesional de Arte de la UNA Puno, además, de haber sido evaluados y tengan nota del primer semestre 2024-I, la carrera profesional de Arte está constituida por tres programas académicos, que son:

Programa académico y estudiantes matriculados

N°	Programa académico	Estudiantes matriculados 2024 – I
01	Música	283
02	Artes plásticas	139
03	Danza	118
	TOTAL	540

Nota: Recopilado de Coordinación Académica de la Facultad de Ciencias Sociales

Muestra

La muestra se seleccionó de manera probabilística para garantizar la representatividad de la población. Se puede emplear un muestreo

aleatorio estratificado, donde los estratos pueden ser los diferentes ciclos y especialidades.

El tamaño de la muestra depende de consideraciones como el nivel de confianza deseado, el margen de error aceptable y la heterogeneidad de la población.

Se seleccionó una muestra representativa de estudiantes de diferentes programas académicos garantizar la diversidad y la validez de los resultados, y será por conveniencia.

Para determinar el tamaño de la muestra se aplicó la siguiente fórmula:

Donde:

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot q}{e^2 \cdot (N - 1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

$$n = \frac{(540) (1,96)^2 (0,5) (0,5)}{(0,05)^2 (540 - 1) + (1,96)^2 (0,5) (0,5)}$$

$$n = \frac{(540) (3,8416) (0,25)}{(0,0025) (539) + (0,9604)}$$

$$n = \frac{(540) (0,9604)}{1,3475 + 0,9604}$$

$$n = \frac{518.616}{2.3079}$$

$$n = 225$$

3.5 TÉCNICAS, FUENTES E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Técnicas

Se refiere al conjunto de métodos e instrumentos empleados para recoger datos y conseguir información destacada en una investigación. Por lo

tanto, se aplicó la técnica de la encuesta para obtener información de la variable 1 y el análisis documental para recoger datos de la variable 2.

V.1: Encuesta

V2: Análisis Documental

Instrumentos

Se aplicaron dos instrumentos para cada una de las variables, se detallan a continuación:

Instrumento V1: Cuestionario (Inventario de SISCO)

Instrumento V2: Ficha de recolección de datos

3.6 PLAN DE RECOLECCIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS

Se coordinó con el director de Estudios de la Escuela Profesional de Arte, solicitando autorización para el desarrollo del trabajo de investigación con los estudiantes de los tres programas. Luego de haberse aprobado la propuesta de investigación mediante resolución decanal, se visitó a los docentes de los programas de danza, artes plásticas y música.

El trabajo se ejecutó de manera presencial y en las sesiones que los docentes universitarios nos permitían porque existe un documento firmado por el director de estudios. Se aplicó el cuestionario a los estudiantes que amablemente nos apoyaron con cada una de las preguntas y de esta manera se logró encuestar a toda la muestra.

3.7 CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS

La investigación tuvo un nivel de tratamiento estadístico que permitió conocer la correlación de las variables, por ello se utilizó el RHO de Spearman aplicando este coeficiente como medida de asociación lineal

en el que se usan números, rangos para identificar la relación entre variables y dimensiones sometidas a prueba.

La representación gráfica es:

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum D^2}{n(n^2 - 1)}$$

3.8 VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

La validez del instrumento se sometió al juicio de valor de tres profesionales conocedores del tema de investigación, alcanzado la evaluación positiva del instrumento para su aplicabilidad.

Validez del instrumento

Grado	Profesión	Apellidos y Nombres	Aplicabilidad
Lic.	Psicóloga	Cintia María Alarcón Sánchez	Aprobado
Mtr.	Psicóloga	Hermelinda Mendoza Quispe	Aprobado
Dr.	Docente	Julio Cesar Sardón Huayapa	Aprobado

La confiabilidad se determinó a través del estadístico conocido como Alfa de Cronbach, logrando la consistencia interna de los ítems para la recolección de la información requerida. Considerando, que es un instrumento validado y con alto nivel de confiabilidad a nivel internacional.



CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 RESULTADOS

Grado de relación del estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno

Los resultados de la investigación se presentan en esta sección en tablas que ordenan la información importante de acuerdo con los objetivos planteados. Cada tabla sintetiza los datos pertinentes, proporcionando una comprensión profunda de cómo los diversos aspectos del estrés influyen en el rendimiento académico y cómo las estrategias individuales de afrontamiento influyen en el rendimiento académico. Estas tablas permiten la visualización clara y estructurada de las relaciones entre las variables de estudio, incluyendo el nivel de estrés, las reacciones psicológicas y conductuales, y las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes en relación con su rendimiento académico pueden mitigar sus efectos.



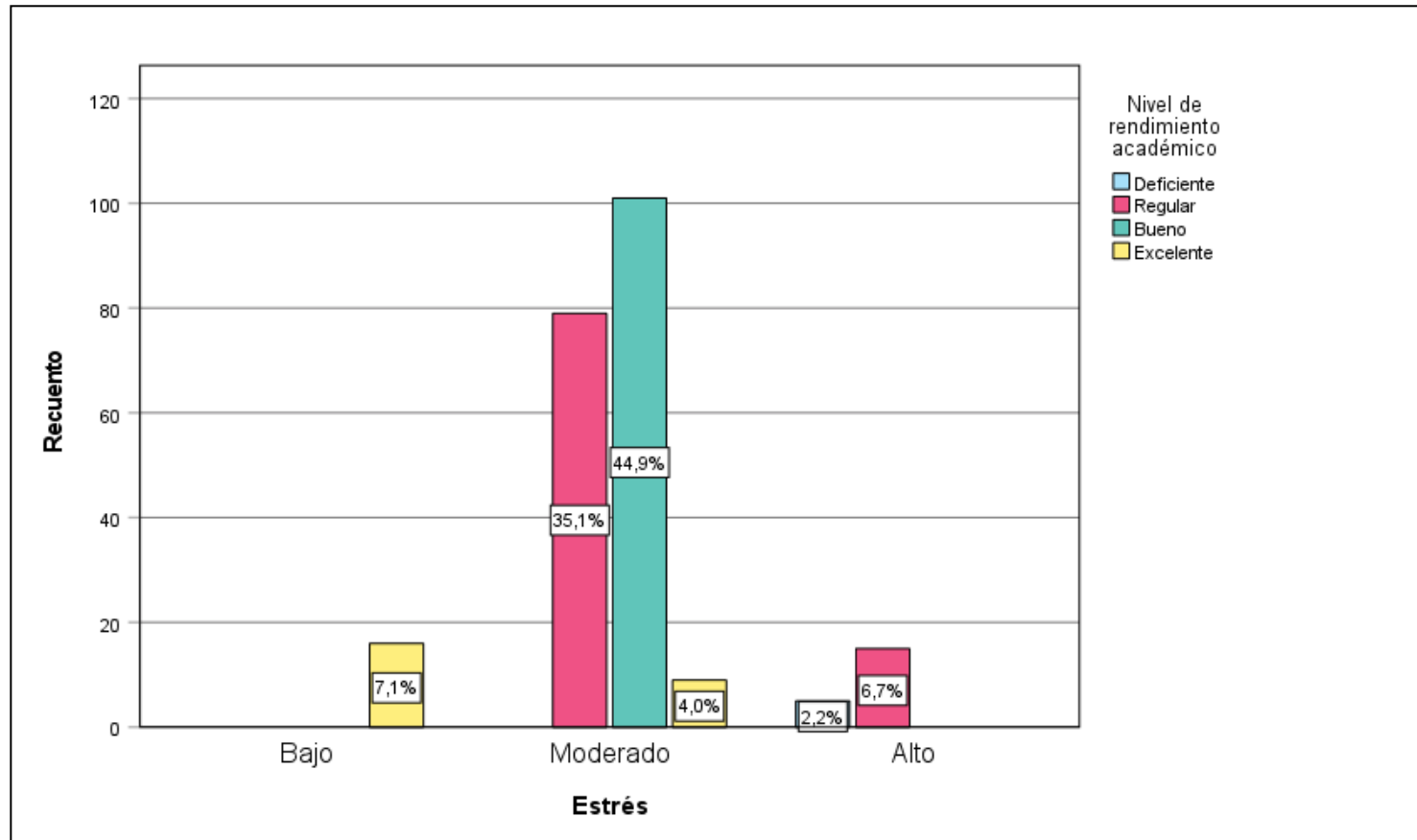
Relación del estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

Tabla 1. *Estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.*

Estrés	Nivel de rendimiento académico									
	Deficiente		Regular		Bueno		Excelente		Total	
	Fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	16	7,1%	16	7,1%
Moderado	0	0,0%	79	35,1%	101	44,9%	9	4,0%	189	84,0%
Alto	5	2,2%	15	6,7%	0	0,0%	0	0,0%	20	8,9%
Total	5	2,2%	94	41,8%	101	44,9%	25	11,1%	225	100,0%

Fuente: Cuestionario

Figura 1. Estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.



Fuente: Tabla 1.



En la tabla 1 y figura 1 se muestra que el 84,0% de estudiantes presentaron nivel de estrés moderado, de los cuales el 44,9% lograron tener rendimiento académico bueno, seguido del 35,1% que tienen rendimiento regular y el 4,0% alcanzaron rendimiento académico excelente.

Asimismo, se observa que el 8,9% de estudiantes presentaron estrés de grado alto, de los cuales el 6,7% lograron tener rendimiento académico regular, seguido del 2,2% de estudiantes que alcanzaron rendimiento académico deficiente.

Además, se muestra un porcentaje menor de estudiantes que demostraron tener estrés de grado bajo con 7,1% y el nivel de rendimiento académico que lograron es excelente.

Los resultados reflejan que los estudiantes presentan mayoritariamente un nivel de estrés moderado, lo que implica la existencia de un grado manejable de presión académica y emocional que no llega a extremos debilitantes. Este nivel de estrés permite que los estudiantes logren un rendimiento académico bueno, representado por calificaciones entre 14 y 16, lo cual indica un desempeño satisfactorio, con un adecuado entendimiento de los contenidos académicos y capacidad para cumplir con las exigencias del entorno educativo.

La relación entre el estrés y el rendimiento académico es un tema ampliamente documentado. Quiroz (2022) señala que el estrés moderado está correlacionado con un rendimiento académico medio, evidenciando que este nivel de estrés puede actuar como un factor estimulante para ciertos estudiantes al fomentar la concentración y el esfuerzo. Por otro lado, Infantas y Heredia (2023) encontraron una relación inversa entre el estrés y el rendimiento académico, indicando que niveles altos de estrés reducen el rendimiento académico, lo que es consistente con los resultados de Calatayud (2022) que enfatiza el estrés como un factor de



riesgo académico, especialmente en contextos críticos como la pandemia. Sin embargo, Maza y Sanjinez (2019) identificaron que el estrés no necesariamente se relaciona de manera estadística con el rendimiento académico, sugiriendo que otros factores externos o internos pueden influir en este desempeño.

En cuanto a las reacciones físicas como síntoma de estrés, es importante destacar que estas son respuestas fisiológicas al estrés percibido y pueden afectar el rendimiento académico. Mientras que el estrés moderado puede ser manejable y, en algunos casos, beneficioso, niveles altos tienden a desencadenar reacciones físicas más intensas, como tensión muscular, fatiga y problemas de concentración, que obstaculizan el desempeño académico. Por lo tanto, los estudiantes que logran mantener el estrés en niveles moderados parecen beneficiarse de una mejor estabilidad física y psicológica, lo que se refleja en un rendimiento académico satisfactorio.



Resultado estadístico de estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

Rho de Spearman		Estrés	Nivel de rendimiento académico
Estrés	Coefficiente de correlación	1,000	-,572**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	Fi	225	225
Nivel de rendimiento académico	Coefficiente de correlación	-,572**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	fi	225	225

Fuente: Cuestionario



En la presenta tabla se observa el análisis estadístico mediante el Rho de Spearman donde se contrasta que el valor de Rho es igual a $-0,572$, con nivel de significancia, conocido como valor de p igual a $0,000$ menor a $0,05$ demostrando que existe relación entre el estrés con el rendimiento académico. Además, el valor de $Rho = -0,572$ demuestra que existe una correlación negativa moderado, concluyendo que existe una correlación negativa moderado entre el nivel de estrés con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte.



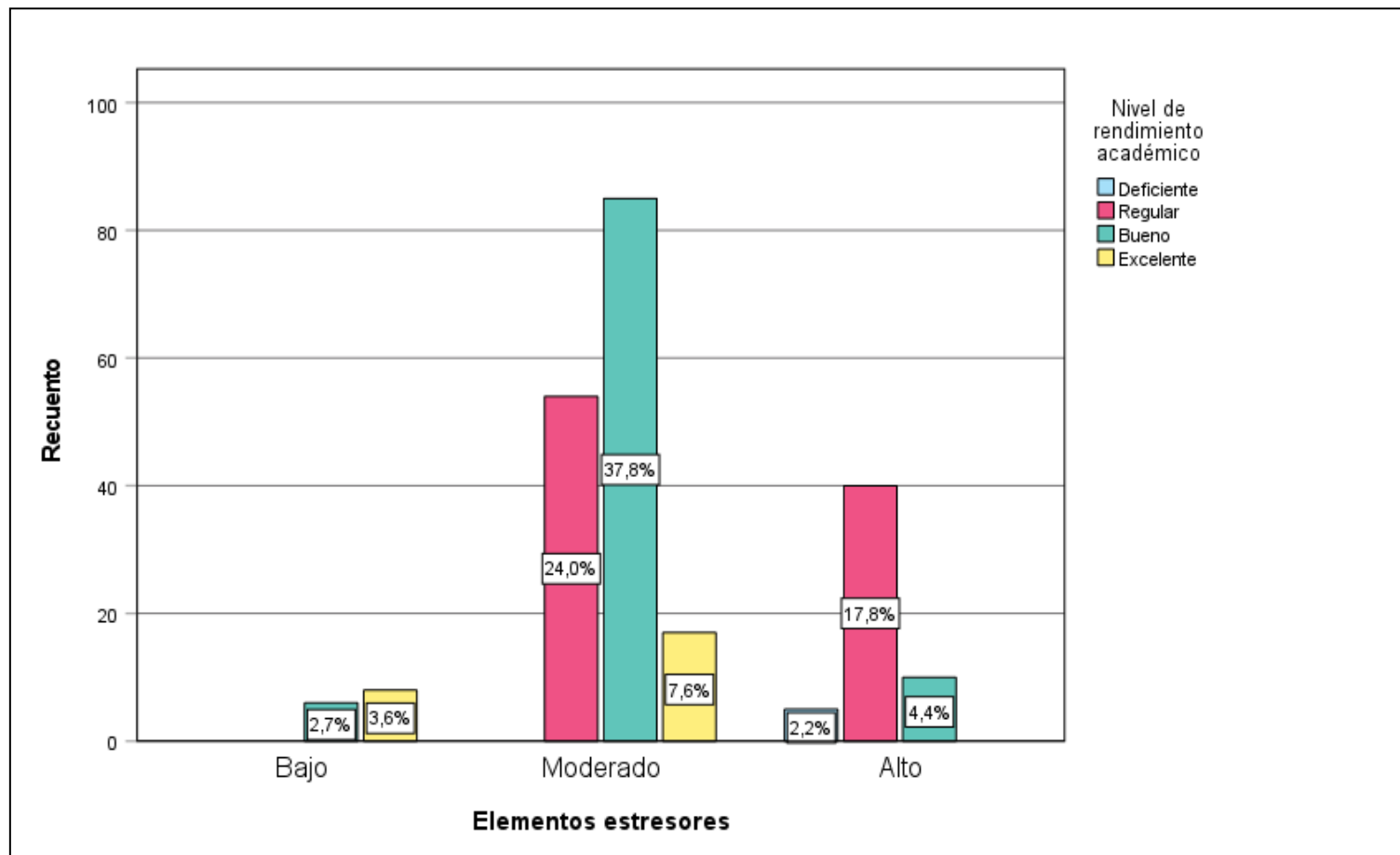
Tabla 2. Elementos estresores y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

Elementos estresores	Nivel de rendimiento académico									
	Deficiente		Regular		Bueno		Excelente		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	0	0,0	0	0,0	6	2,7	8	3,6	14	6,2
Moderado	0	0,0	54	24,0	85	37,8	17	7,6	156	69,3
Alto	5	2,2	40	17,8	10	4,4	0	0,0	55	24,4
Total	5	2,2	94	41,8	101	44,9	25	11,1	225	100,0

Fuente: Cuestionario



Figura 2. Elementos estresores y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.



Fuente: Tabla 2.



En la tabla 2 y figura 2 se muestra que el 69,3% de estudiantes consideran que la presencia de elementos estresores es moderado, de los cuales el 37,8% lograron tener rendimiento académico bueno, seguido del 24,0% que tienen rendimiento regular y el 7,6% alcanzaron rendimiento académico excelente.

Asimismo, se observa que el 24,4% de estudiantes consideran que la presencia de elementos estresores es alto, de los cuales el 17,8% tienen nivel de rendimiento académico regular, seguido del 4,4% de nivel bueno y el 2,2% de estudiantes que tienen nivel de rendimiento académico deficiente.

Además, se muestra un porcentaje menor de estudiantes que consideran que la presencia de elementos estresores es bajo con 6,2%, de los cuales el 3,6% lograron nivel de rendimiento académico excelente, seguido del 2,7% de nivel bueno.

Los resultados muestran que los estudiantes perciben la presencia de elementos estresores en un nivel moderado, debido que la afectación es mayor por periodos cortos como son en periodo de finalización del semestre, donde existe sobrecarga de trabajo, exámenes y trabajos que se deben presentar y después de ello los estresores suelen disminuir, asimismo se resalta que entre los factores más destacados que contribuyen al estrés se encuentran la sobrecarga de tareas, la personalidad y carácter del docente, las evaluaciones, el tipo de trabajos asignados, la falta de comprensión de los temas y la presión por participar en clase.



Los elementos estresores en el contexto académico son variables clave en la relación con el rendimiento académico. En concordancia con Quiroz (2022), quien identifica que niveles de estrés medio se relacionan con un rendimiento académico intermedio, se puede observar que el impacto del estrés no es uniforme y depende de la capacidad de adaptación del estudiante, asimismo identifiqué que entre los factores que se resaltan son la sobrecarga de trabajos y actividades académicas que, si no se maneja adecuadamente, incrementa la presión psicológica. Por tanto, los elementos estresores que mayor se resalta es la sobrecarga de tareas y las evaluaciones se presentan como estímulos estresores recurrentes que desafían la capacidad de organización y manejo del tiempo. Además, aspectos como la personalidad del docente y la claridad en la enseñanza son determinantes, ya que pueden agravar la incomprensión de los temas y aumentar la ansiedad en la participación en clase. Estos hallazgos subrayan la necesidad de abordar los elementos estresores.



Resultados estadísticos de Elementos estresores y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

Rho de Spearman		Elementos estresores	Nivel de rendimiento académico
Elementos estresores	Coeficiente de correlación	1,000	-,516**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	Fi	225	225
Nivel de rendimiento académico	Coeficiente de correlación	-,516**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	Fi	225	225

Fuente: Cuestionario



En la presenta tabla se observa el análisis estadístico mediante el Rho de Spearman donde se contrasta que el valor de Rho es igual a $-0,516$, con nivel de significancia, conocido como valor de p igual a $0,000$ menor a $0,05$ demostrando que existe una relación entre el rendimiento académico y el estrés. Además, se encuentra que el grado de estresores y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno están moderadamente correlacionados negativamente, como lo indica el valor de $Rho = -0,516$.



Grado de relación de los síntomas con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno

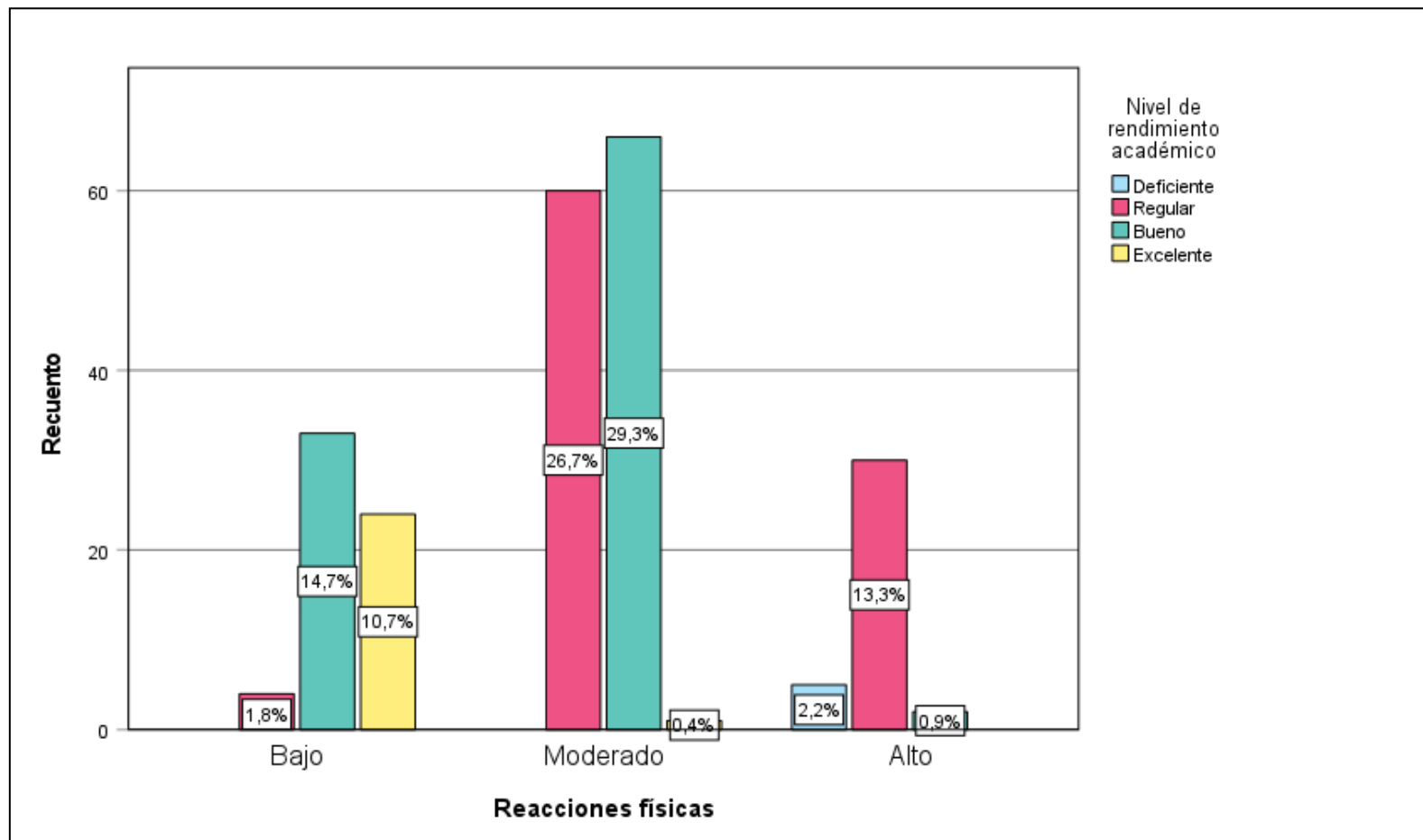
Tabla 3. Reacciones físicas y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

Reacciones físicas	Nivel de rendimiento académico									
	Deficiente		Regular		Bueno		Excelente		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	0	0,0	4	1,8	33	14,7	24	10,7	61	27,1
Moderado	0	0,0	60	26,7	66	29,3	1	0,4	127	56,4
Alto	5	2,2	30	13,	2	0,9	0	0,0	37	16,4
Total	5	2,2	94	41,8%	101	44,9	25	11,1	225	100,0

Fuente: Cuestionario



Figura 3. Reacciones físicas y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.



Fuente: Tabla 3.



En la tabla 3 y figura 3 se muestra que el 56,4% de estudiantes presentaron reacciones físicas de nivel moderado, de los cuales el 29,3% lograron tener rendimiento académico bueno, seguido del 26,7% que tienen rendimiento regular y el 0,4% alcanzaron rendimiento académico excelente.

Asimismo, se observa que el 27,1% de estudiantes presentaron reacciones físicas de grado bajo, de los cuales el 14,7% tienen nivel de rendimiento académico bueno, seguido del 10,7% de nivel excelente y el 1,8% de estudiantes que tienen nivel de rendimiento académico regular.

Además, se muestra un porcentaje menor de estudiantes que presentaron reacciones físicas de grado alto con 16,4%, de los cuales el 13,0% lograron nivel de rendimiento académico regular, seguido del 2,2% de nivel deficiente y solo el 0,9% de nivel bueno.

Los resultados indican que la mayoría de los estudiantes presentaron reacciones físicas de nivel moderado, lo cual sugiere alteraciones medibles en variables fisiológicas como la temperatura corporal, presión arterial o frecuencia cardíaca. Estas reacciones reflejan una respuesta del organismo ante el estrés académico, en un intento de adaptarse a las demandas del entorno. Sin embargo, estas manifestaciones físicas, si no se manejan adecuadamente, pueden interferir con el rendimiento académico y el bienestar general del estudiante.

Las reacciones físicas como síntoma de estrés son un elemento común en diferentes investigaciones, como lo evidencian Quiroz (2022) y Barrantes (2022). Quiroz señala que el alto nivel de estrés físico está estrechamente relacionado con un rendimiento académico promedio,



destacando que estas respuestas son indicadoras del esfuerzo que realiza el cuerpo para afrontar las exigencias académicas. Por otro lado, Barrantes subraya que los estudiantes con niveles de estrés elevados muestran una combinación de manifestaciones físicas, psicológicas y comportamentales, lo que coincide con los resultados obtenidos en este estudio. Sin embargo, Álvarez y Quispe (2022) aportan un enfoque interesante al analizar cómo los hábitos como la alimentación y el autocuidado moderan estas reacciones, sugiriendo que un estilo de vida saludable puede mitigar los efectos del estrés físico. En conjunto, estas investigaciones refuerzan que las reacciones físicas no solo son indicadores de estrés, sino que también representan un punto clave para implementar estrategias de prevención y manejo del estrés en el ámbito académico.



Resultados estadísticos de *Reacciones físicas y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.*

Rho de Spearman		Reacciones físicas	Nivel de rendimiento académico
Reacciones físicas	Coefficiente de correlación	1,000	-,653**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	Fi	225	225
Nivel de rendimiento académico	Coefficiente de correlación	-,653**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	Fi	225	225

Fuente: Cuestionario



En la presenta tabla se observa el análisis estadístico mediante el Rho de Spearman donde se contrasta que el valor de Rho es igual a $-0,653$, con nivel de significancia, conocido como valor de p igual a $0,000$ menor a $0,05$ demostrando que existe relación entre reacciones físicas con el rendimiento académico. Además, el valor de $Rho = -0,653$ demuestra que existe una correlación negativa moderada, concluyendo que existe una correlación negativa moderada entre el grado de reacciones físicas con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

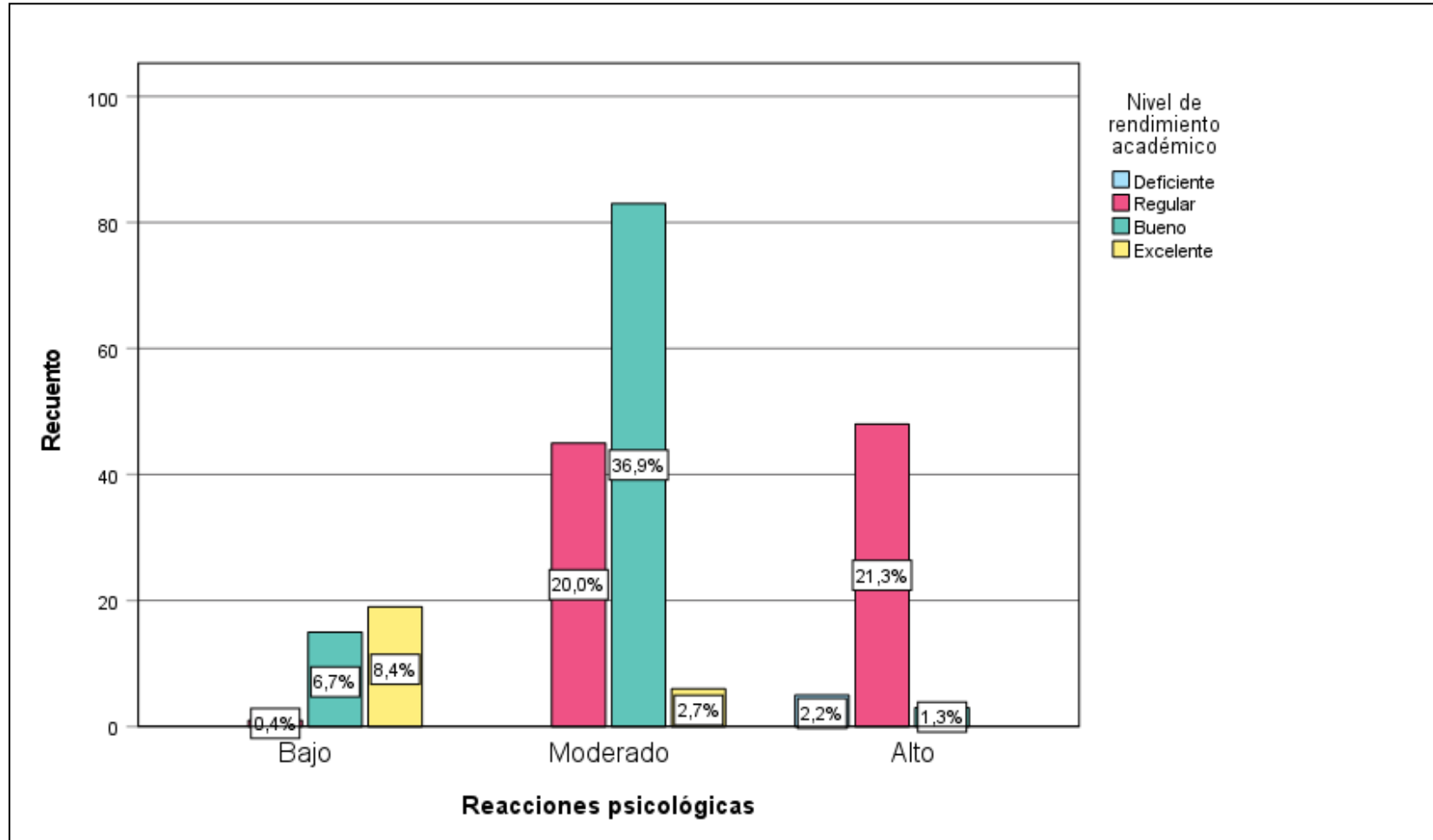


Tabla 4. *Reacciones psicológicas y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.*

Reacciones psicológicas	Nivel de rendimiento académico									
	Deficiente		Regular		Bueno		Excelente		Total	
	fi	%	fi	%	Fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	0	0,0	1	0,4	15	6,7	19	8,4	35	15,6
Moderado	0	0,0	45	20,0	83	36,9	6	2,7	134	59,6
Alto	5	2,2	48	21,3	3	1,3	0	0,0	56	24,9
Total	5	2,2	94	41,8	101	44,9	25	11,1	225	100,0

Fuente: Cuestionario

Figura 4. Reacciones psicológicas y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.



Fuente: Tabla 4.



En la tabla 4 y figura 4 se muestra que el 59,6% de estudiantes presentaron reacciones psicológicas de nivel moderado, de los cuales el 36,9% lograron tener rendimiento académico bueno, seguido del 20,0% que tienen rendimiento regular y el 2,7% alcanzaron rendimiento académico excelente.

Asimismo, se observa que el 24,9% de estudiantes presentaron reacciones psicológicas de grado alto, de los cuales el 21,3% tienen nivel de rendimiento académico regular, seguido del 2,2% de nivel deficiente y solo el 1,3% de estudiantes lograron nivel de rendimiento académico bueno.

Además, se muestra un porcentaje menor de estudiantes que presentaron reacciones psicológicas de grado bajo con 15,6%, de los cuales el 8,4% lograron nivel de rendimiento académico excelente, seguido del 6,7% de nivel bueno y solo el 0,4% de nivel regular.

Los resultados indican que la mayoría de los estudiantes presentaron reacciones psicológicas de nivel moderado, lo que refleja una serie de emociones desencadenadas por situaciones académicas complejas. Entre estas emociones destacan la ira, el miedo, la soledad, la depresión y la ansiedad, que pueden afectar tanto el bienestar emocional como el rendimiento académico si no son gestionadas de manera adecuada.

Las reacciones psicológicas como manifestación del estrés académico se alinean con investigaciones previas. Quiroz (2022) destaca que el alto estrés psicológico está relacionado con un rendimiento académico medio, subrayando la influencia negativa de estas emociones en el desempeño. Similarmente, Díaz y Salazar (2022) señalan que factores de estrés



psicológico tienen una relación significativa con el rendimiento académico en estudiantes de enfermería, lo que coincide con la importancia de estas reacciones en el contexto académico. Barrantes (2022) refuerza esta perspectiva al identificar que el estrés académico elevado genera manifestaciones psicológicas recurrentes como ansiedad y depresión, afectando la vida académica y personal de los estudiantes. Si bien todas las investigaciones coinciden en que las reacciones psicológicas son un síntoma clave del estrés, la variación en los niveles de impacto sugiere que la intensidad del estrés y las estrategias de afrontamiento individuales son factores determinantes en el rendimiento académico. Esto subraya la importancia de implementar programas de apoyo emocional para mitigar estos efectos en los estudiantes.



Resultados estadísticos de reacciones psicológicas y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

Rho de Spearman		Reacciones psicológicas	Nivel de rendimiento académico
Reacciones psicológicas	Coeficiente de correlación	1,000	-,683**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	Fi	225	225
Nivel de rendimiento académico	Coeficiente de correlación	-,683**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	Fi	225	225

Fuente: Cuestionario



En la presenta tabla se observa el análisis estadístico mediante el Rho de Spearman donde se contrasta que el valor de Rho es igual a $-0,683$, con nivel de significancia, conocido como valor de p igual a $0,000$ menor a $0,05$ demostrando que existe relación entre reacciones psicológicas con el rendimiento académico. Además, el valor de $Rho = -0,683$ demuestra que existe una correlación negativa moderada, concluyendo que existe una correlación negativa moderada entre el grado de reacciones psicológicas con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

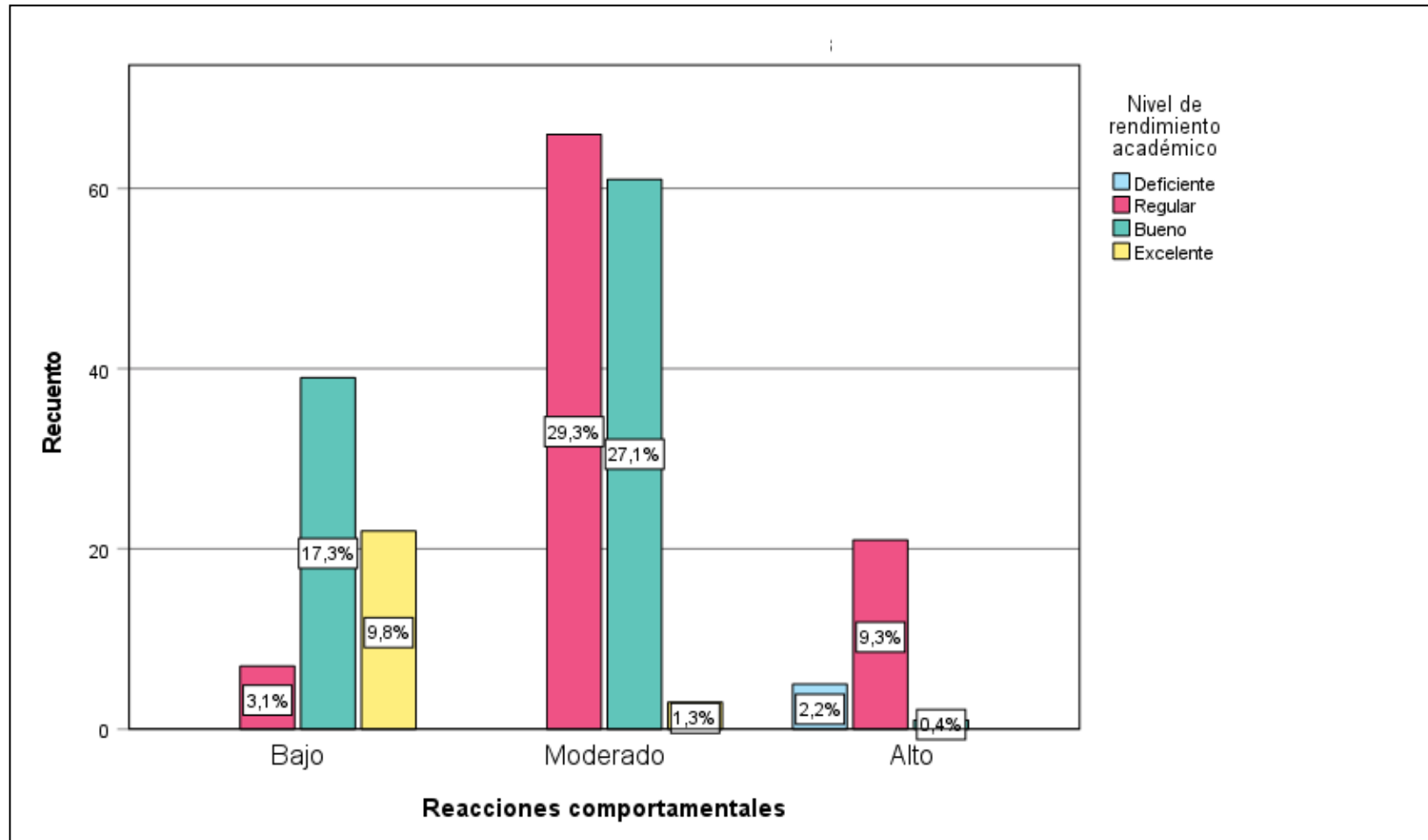


Tabla 5. Reacciones comportamentales y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

Reacciones comportamentales	Nivel de rendimiento académico									
	Deficiente		Regular		Bueno		Excelente		Total	
	fi	%	fi	%	Fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	0	0,0	7	3,1	39	17,3	22	9,8	68	30,2
Moderado	0	0,0	66	29,3	61	27,1	3	1,3	130	57,8
Alto	5	2,2	21	9,3	1	0,4	0	0,0	27	12,0
Total	5	2,2	94	41,8	101	44,9	25	11,1	225	100,0

Fuente: Cuestionario

Figura 5. Reacciones comportamentales y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.



Fuente: Tabla 5.



En la tabla 5 y figura 5 se muestra que el 57,8% de estudiantes presentaron reacciones comportamentales de nivel moderado, de los cuales el 29,3% lograron tener rendimiento académico regular, seguido del 27,1% que tienen rendimiento bueno y el 1,3% alcanzaron rendimiento académico excelente.

Asimismo, se observa que el 30,2% de estudiantes presentaron reacciones comportamentales de grado bajo, de los cuales el 17,3% tienen nivel de rendimiento académico bueno, seguido del 9,8% de nivel excelente y solo el 3,1% de estudiantes lograron nivel de rendimiento académico regular.

Además, se muestra un porcentaje menor de estudiantes que presentaron reacciones comportamentales de grado alto con 12,0%, de los cuales el 9,3% lograron nivel de rendimiento académico regular, seguido del 2,2% de nivel deficiente y solo el 0,4% de nivel bueno.

Los resultados reflejan que la mayoría de los estudiantes presentaron reacciones comportamentales de nivel moderado, lo cual se manifiesta a través de conductas como retraimiento, inquietud, cambios en el sueño o apetito, uso incrementado de sustancias, episodios de ira, frustración y dificultad para expresarse. Estas alteraciones en el comportamiento indican cómo el estrés puede impactar la interacción y adaptación del estudiante en su entorno académico.

Las reacciones comportamentales como síntoma de estrés académico son consistentes con las investigaciones revisadas. Quiroz (2022) señala que los altos niveles de reacciones comportamentales están relacionados con un rendimiento académico medio, lo que indica que estos comportamientos pueden dificultar un desempeño óptimo. Álvarez y Quispe (2022) resaltan cómo factores como la alimentación y el autocuidado moderan negativamente las



manifestaciones de estrés comportamental, mientras que las estrategias de afrontamiento tienen un efecto positivo en su gestión. Por su parte, Barrantes (2022) enfatiza que los niveles elevados de estrés académico suelen asociarse con cambios comportamentales, lo que coincide con los resultados presentados. En conjunto, estas investigaciones subrayan que las reacciones comportamentales son una respuesta común al estrés, y su manejo efectivo, a través de intervenciones como técnicas de afrontamiento y promoción de hábitos saludables, es crucial para mitigar su impacto en el rendimiento académico.



Resultados estadístico Reacciones comportamentales y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

Rho de Spearman		Reacciones comportamentales	Nivel de rendimiento académico
Reacciones comportamentales	Coefficiente de correlación	1,000	-,600**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	Fi	225	225
Nivel de rendimiento académico	Coefficiente de correlación	-,600**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	Fi	225	225

Fuente: Cuestionario



En la presenta tabla se observa el análisis estadístico mediante el Rho de Spearman donde se contrasta que el valor de Rho es igual a $-0,600$, con nivel de significancia, conocido como valor de p igual a $0,000$ menor a $0,05$ demostrando que existe relación entre reacciones comportamentales con el rendimiento académico. Además, el valor de $Rho = -0,600$ demuestra que existe una correlación negativa moderada, concluyendo que existe una correlación negativa moderada entre el grado de reacciones comportamentales con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.



Grado de relación de las estrategias de afrontamiento con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno

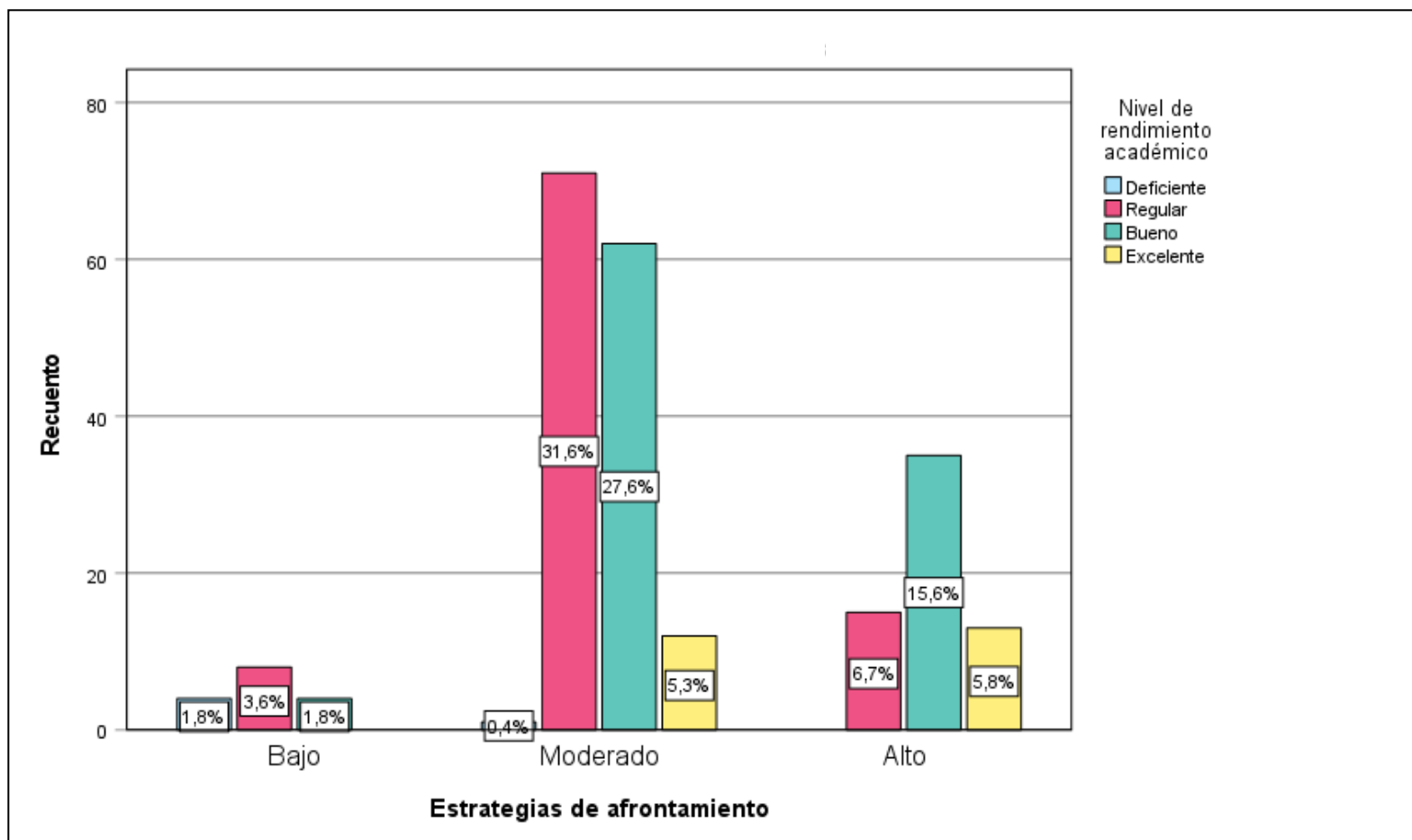
Tabla 6. Estrategias de afrontamiento y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

Estrategias de afrontamiento	Nivel de rendimiento académico									
	Deficiente		Regular		Bueno		Excelente		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	4	1,8	8	3,6	4	1,8	0	0,0	16	7,1
Moderado	1	0,4	71	31,6	62	27,6	12	5,3	146	64,9
Alto	0	0,0	15	6,7	35	15,6	13	5,8	63	28,0
Total	5	2,2	94	41,8	101	44,9	25	11,1	225	100,0

Fuente: Cuestionario



Figura 6. Estrategias de afrontamiento y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.



Fuente: Tabla 6.



En la tabla 6 y figura 6 se muestra que el 64,9% de estudiantes aplicaron estrategias de afrontamiento de nivel moderado, de los cuales el 31,6% lograron tener rendimiento académico regular, seguido del 27,6% que tienen rendimiento bueno, el 5,3% alcanzaron rendimiento académico excelente y solo el 0,4% lograron rendimiento académico deficiente.

Asimismo, se observa que el 28,0% de estudiantes presentaron estrategias de afrontamiento de grado alto, de los cuales el 15,6% tienen nivel de rendimiento académico bueno, seguido del 6,7% de nivel regular y solo el 5,8% de estudiantes lograron nivel de rendimiento académico excelente.

Además, se muestra un porcentaje menor de estudiantes aplicaron estrategias de afrontamiento de grado bajo con 7,1%, de los cuales el 3,6% lograron nivel de rendimiento académico regular, seguido del 1,8% de nivel deficiente y con el mismo porcentaje de 1,8% alcanzaron nivel bueno en su rendimiento académico.

Los resultados reflejan que la mayoría de los estudiantes aplican estrategias de afrontamiento al estrés en un nivel moderado, logrando en su mayoría un rendimiento académico regular. Esto implica que los estudiantes utilizan herramientas como la habilidad asertiva, planificación para elaborar tareas, elogios a sí mismos, la religiosidad, búsqueda de información, y confidencias o ventilación emocional para manejar las demandas académicas. Sin embargo, estas estrategias parecen no ser lo suficientemente efectivas para alcanzar un rendimiento académico excelente en su mayoría, indicando la necesidad de un fortalecimiento en estas habilidades.



Las estrategias de afrontamiento están relacionadas con la manera en que los estudiantes enfrentan las demandas académicas y el estrés asociado. Álvarez y Quispe (2022) resaltan que estas estrategias están directamente relacionadas con el manejo del estrés académico, lo que concuerda con los resultados actuales al mostrar que su implementación, aunque moderada, permite un rendimiento regular en la mayoría de los casos. Por otro lado, Cotrado (2022) identifica que no existen diferencias significativas en la aplicación de estrategias de afrontamiento entre diferentes contextos educativos, lo que podría reflejar un patrón generalizado en su uso. Sin embargo, la efectividad de estas estrategias puede variar según su aplicación individual y el entorno. Comparando con las reacciones físicas como síntoma de estrés, mientras estas son una respuesta involuntaria, las estrategias de afrontamiento son mecanismos voluntarios que, si se fortalecen, pueden contribuir a mitigar tanto las respuestas físicas como el impacto negativo del estrés en el rendimiento académico.



Resultado estadístico Estrategias de afrontamiento y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

Rho de Spearman		Estrategias de afrontamiento	Nivel de rendimiento académico
Estrategias de afrontamiento	Coeficiente de correlación	1,000	,329**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	Fi	225	225
Nivel de rendimiento académico	Coeficiente de correlación	,329**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	Fi	225	225

Fuente: Cuestionario



En la presenta tabla se observa el análisis estadístico mediante el Rho de Spearman donde se contrasta que el valor de Rho es igual a 0,329, con nivel de significancia, conocido como valor de p igual a 0,000 menor a 0,05 demostrando que existe una correlación entre el rendimiento académico y los mecanismos de afrontamiento. Asimismo, los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno presentan una correlación positiva baja entre su rendimiento académico y sus estrategias de afrontamiento, como lo indica el valor de $Rho = 0,329$.



CONCLUSIONES

PRIMERA: Se determinó que se acepta la hipótesis de investigación ya que se encontró que existe una relación moderadamente negativa entre el estrés y el rendimiento académico. Esta relación inversa sugiere que en el año 2024, los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno tendrán un peor rendimiento académico mientras más estrés soporten.

SEGUNDA: Se estableció que los factores estresantes y el rendimiento académico tienen una relación moderadamente negativa ($Rho = -0,516$; $p < 0,05$). El 37,8% de los estudiantes obtuvieron buenos resultados y mostraron niveles moderados de estrés. Sin embargo, el 3,6% presenta niveles de estrés bajos y un rendimiento académico excelente, mientras que el 2,2% presenta niveles de estrés altos y un rendimiento académico bajo. De acuerdo a la correlación negativa, los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno tienen un peor rendimiento académico a medida que aumentan los niveles de estrés.

TERCERA: Se identificó que los síntomas y el rendimiento académico tenían una relación moderadamente negativa ($p < 0,05$). En consecuencia, el 29,3% de los estudiantes obtienen un buen rendimiento académico y presentan reacciones físicas moderadas ($Rho = -0,653$). Además, el 36,9% tiene un rendimiento académico satisfactorio y reacciones psicológicas moderadas ($Rho = -0,683$).



No obstante, el 29,3% de los alumnos presentan un rendimiento académico regular y reacciones conductuales moderadas ($Rho = -0,600$). De acuerdo con esta correlación negativa, los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno tienen un peor rendimiento académico cuantos más síntomas presentan.

CUARTA: Se relacionó el rendimiento académico de los estudiantes y las estrategias de afrontamiento presentaron una correlación débil ($Rho = 0,329$; $p < 0,05$). En concreto, el 31,6% de los estudiantes presenta un rendimiento académico regular y mecanismos de afrontamiento moderados. Por el contrario, el 5,8% tiene un rendimiento académico excelente y estrategias de afrontamiento altas, mientras que el 1,8% tiene un rendimiento académico bajo y estrategias de afrontamiento bajas. Esta correlación positiva implica que el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno tiende a mejorar a medida que adoptan mejores mecanismos de afrontamiento.



RECOMENDACIONES

PRIMERA: Al Director de Estudios de la Escuela Profesional de Arte coordinar con el responsable de la Subunidad de Tutoría y Servicios Psicopedagógicos de la Universidad Nacional del Altiplano sobre la carga académica generada en los estudiantes en las diferentes materias, a través, de un semestre académico, haciendo control sobre el cumplimiento de lo que se planea en el silabo que guía la formación integral del futuro profesional; lo que permite manejo oportuno del estrés y mejora el rendimiento académico de los estudiantes.

SEGUNDA: A los docentes de la Escuela Profesional de Arte coordinar con el responsable del área de Psicología de la Universidad Nacional del Altiplano para mejorar el trabajo académico, y tomando en cuenta un cronograma de actividades, trabajos encargados y otras que puedan generar menores niveles de elementos estresores; esto permitirá fortalecer la relaciones interpersonales y académicas que conllevan a una mejoría del aprendizaje de los estudiantes y buen desempeño docente.

TERCERA: Al Director de Estudios de la Escuela Profesional de Arte coordinar con el encargado de Tutoría de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional del Altiplano para realizar acciones en relación a las reacciones físicas de los estudiantes, mediante actividades recreativas como deporte y otros que permitan tomar conciencia de su formación sin llegar a niveles de estrés mayores.



Además, se debe de controlar la situación de alimentación y diagnóstico de salud de los estudiantes por parte del área de servicios sociales.

CUARTA: Al director del hospital universitario de la Universidad Nacional del Altiplano coordinar con el Decano de la Facultad de Ciencias Sociales para realizar un diagnóstico de salud mental, en base al diagnóstico que se encuentre se pueda intervenir con los profesionales de la salud correspondientes lo que permitirá a los estudiantes aplicar diferentes estrategias de afrontamiento frente a la presencia del estrés.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Factores de riesgo de estrés académico: nuevas esferas de investigación. Informe de un Grupo Científico de la OMS. Ginebra: OMS; 2020.
2. Ticona B. S. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la facultad de enfermería UNSA Arequipa, Perú. Arequipa: Universidad Nacional San Agustín. 2022.
3. Sánchez J. Relación entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la carrera química farmacéutica-biológica de la UNAM. México: UPN - Ajusco. 2021.
4. Calatayud J. Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. Venezuela: Universidad Simón Bolívar. 2020.
5. Clemente Estrés como factor de riesgo en el rendimiento académico en el estudiantado universitario. Costa Rica: Universidad de Málaga. 2022.
6. Espinosa et al. Estrés y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Obstetricia de la Universidad Nacional de Tumbes, 2018. Tumbes: Universidad Nacional de Tumbes. 2019. Disponible de <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/UNITUMBES/219>.
7. Kloster & Perrotta. Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Universidad de San Martín de Porres en contexto de pandemia. Trujillo: Lima, 2021. Disponible de <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/3869>.
8. Morales et. Al. Nivel de estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de enfermería del séptimo y octavo ciclo de la Universidad



- Norbert Wiener. Barranca: Universidad Norbert Wiener. 2022. Disponible de <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/UNW/1329>.
9. Maza y Sanjinez. Estrés y rendimiento académico en adolescentes durante la pandemia COVID – 19 en la Institución Educativa Pública, Amazonas. 2022. Disponible de <http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANP/2545>.
10. Rivera. Factores de estrés y rendimiento académico en alumnos del internado de enfermería de la Universidad Señor de Sipán. Chiclayo: Universidad Señor de Sipán. 2022. Disponible de <http://repositorio.uncp.edu.pe/handle/USS/4445>.
11. Quiroz. Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes del segundo año de Medicina. Lima: Universidad Ricardo Palma. 2023. Disponible de <http://repositorio.urp.edu.pe/handle/UCV/7382>.
12. Vargas y Huayhua. Estrés académico y rendimiento académico de los estudiantes de una institución de educación. 2023. Lima: Universidad Peruana de Integración Global. Disponible de <http://repositorio.upig.edu.pe/handle/UPIG/44>.
13. Martínez. Estrés académico y estilo de vida en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública en la ciudad de Juliaca, 2022. Juliaca. Universidad Peruana Unión. 2023. Disponible de https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/203?subject_page=1.
14. Infantas y Heredia. Estrés académico y su repercusión en el rendimiento escolar de los estudiantes del segundo grado de las Instituciones de Jornada Educativa Completa de la UGEL San Román, 2020. Juliaca – Perú.



- Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez. 2022. Disponible de <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/58076>.
15. Álvarez y Quispe. Estrés académico en la modalidad de prácticas virtuales en internistas de psicología de una universidad de Andahuaylas y una universidad de Juliaca, 2021. Juliaca. Universidad Peruana Unión. 2022. Disponible de https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/203?subject_page=1.
 16. Barrantes. Autoestima y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Pontificia Católica Santa María, Juliaca, 2023. Juliaca – Perú. Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez. 2023. Disponible de <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/58076>.
 17. Cotrado. Factores socioeconómicos y culturales asociados al estrés en estudiantes del sexto ciclo en la especialidad de comunicación del Instituto Superior Pedagógico Público Azángaro, 2023. Juliaca – Perú. Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez. 2023. Disponible de <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/58076>.
 18. Flores. Nivel de estrés académico relacionado con la salud oral en el contexto del COVID-19 en estudiantes de la clínica odontológica de la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez de la ciudad de Juliaca – 2022. Perú. Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez. 2023. Disponible de <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/58076>.
 19. Calsina. Estrés académico, estrategias de afrontamiento y rendimiento en estudiantes universitarios. 2019. Ansiedad y Estrés, 23(1), 18-24.



20. Pérez. Estrategias de afrontamiento del estrés y rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria. 2020. Revista de Investigación Educativa, 36(2), 215-230.
21. El Dr. Hans Selye. Relación entre estrés académico y rendimiento en estudiantes de bachillerato. 2021. Psicología Educativa, 22(1), 45-58.
22. Ávila, J. Reacción fisiológica provocada por alguna situación difícil ya sea física o emocional. 2014.
23. Oblitas. Teoría de diversas perspectivas para abordar el concepto del estrés según el enfoque psicológico y bioquímico. 2004.
24. Bensabat. Enfermedades psicosomáticas referida a un mal manejo del estrés con síntomas físicos que nos llevan a un factor psicológico y emocional. 1987.
25. Pepsic. Respuesta física del estrés mediante estímulos emocionales y mentales a causa de un ámbito académico y laboral. 2011.
26. Edmon Jacobson. Ideo la relajación progresiva de Jacobson que trata que en poco tiempo se puede conseguir un estado de relajación corporal y liberar la tensión acumulada en el cuerpo. 1929.
27. Jon Kabat – Zinn. Se desarrollo el programa MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction), diseño para mejorar la tensión plena y reducir el estrés. Universidad nacional de Massachussets. 1979.
28. McGowan y sus colaboradores. Señalan el enfoque practico y la disolución de un problema para reducir los niveles de estrés y los efectos negativos. En los últimos 10 a 10 años.
29. Pérez y Martínez. Definen el estrés académico como la presión que siente debido a la carga de trabajo. 2008.



30. Cohen y Janicki. Analizan como el estrés académico pueden llevar como el estrés académico pueden generar ansiedad y la depresión aceptando el bienestar emocional y la capacidad de los estudiantes. 2007.
31. Lazarus y Folkman. Se basan en tres tipos de estresores ambiental, social e internos. 1984.
32. Abouserie. Empelo su instrumento estandarizado para medir el estrés académico de los universitarios siendo la principal causa los exámenes. 1994.
33. Lazarus y Folkman. Los estresores pueden activar la respuesta fisiológica de lucha o huida generando frecuencia cardiaca tensión muscular y hiperventilación muscular. 1986.
34. Melgosa. El estrés desencaja reacciones fisiológicas significativas en el cuerpo activando el hipotálamo provocando liberación de hormonas como la corticotropina. 1995.
35. Lazarus y Folkman. Stress, appraisal, and coping. Springer Publishing. 1984.
36. Barraza. Ante situaciones de tensión, las personas pueden experimentar ansiedad, nerviosismo, miedo, irritabilidad, problemas de salud mental, dificultades para concentrarse y sensaciones de mente vacía, afectando su bienestar emocional y capacidad para pensar con claridad. 2007.
37. Carrillo. Analiza como las relaciones psicológicas están relaciones con los estilos de comportamiento en pacientes con depresión. 2020.
38. Barraza. Enfrenta el estrés las personas muestran diferente comportamiento como problemas en las relaciones interpersonales. 2007.



39. Melgosa. Induce que el estrés conduce a cambios conductuales significativos como el aumento de sustancias y la aparición de tics. 1995.
40. Carver, Sheier y Weintraub. Proponen una clasificación de estrategias de comportamiento que incluye enfoques activos como reactivos. 1983.
41. Frydenberg y Lewis. Estrés, valoración y afrontamiento. Nueva York: Springer; 1984.
42. Lazarus y Folkman. Este libro es fundamental en la teoría del afrontamiento y clasifica las estrategias en centradas en el problema y centradas en la emoción. Nueva York: Springer. 1986
43. Pizarro. El rendimiento académico en el contexto educativo. Lima: Editorial Educativa; 2000. p. 123-135
44. RAE. Real Academia Española. Diccionario de la lengua española. 22. ed. Madrid: Espasa Calpe; 2001.
45. Minedu. Indicadores del rendimiento académico en el sistema educativo peruano. Lima: Ministerio de Educación; 2020. p. 25-30.
46. Universidad pedagógica experimental libertador. Rendimiento académico y su valoración cuantitativa. Caracas: Universidad Pedagógica Experimental Libertador; 2021.
47. Riggleman(s.f.). Influencia de la familia y el autoconcepto académico en el rendimiento escolar. 1996.
48. Bandura. Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist*, 28(2), 117-148. 1993.
49. Edel. La motivación académica: Un proceso global hacia la consecución de metas. *Psicología de la educación* (pp. 123-145). 2003.



50. Salonava y Martínez. La competencia cognitiva en el rendimiento académico: El papel de la autoeficacia. *Revista de Psicología Educativa*. 11(2): 134-145. 2005.
51. Woolfolk. *Psicología educativa*. 13.a ed. Madrid: Pearson; 2016.
52. Reddy y Sinha. El desempeño académico como indicador del potencial estudiantil. *Journal of Educational Psychology*. 28(4): 345-356. 2013.
53. Roberto AA. Estrés académico: Un estudio de los factores estresantes en la vida universitaria. *Revista de Psicología Educativa*. 22(3):157-164. 2018.
54. Cohen S, Wills TA. Estrés, apoyo social y la hipótesis del amortiguador. *Boletín Psicológico*. 98(2):310-357. 1985.
55. Sharma K. Estrés académico y sus fuentes entre los estudiantes universitarios. *Revista de Psicología Educativa*. 21(4):123-135. 2015.
56. Pérez, J. El estado de nervios y la intranquilidad: Reacciones emocionales ante situaciones de estrés. *Revista de Psicología y Comportamiento*. 10(2): 45-50. 2002.
57. López, M. A. Comportamientos relacionados con el retraimiento y el estrés. *Revista de Psicología Clínica*. 18(3): 112-118. 2021.
58. Ramírez, C. Alteraciones en variables físicas: temperatura, presión y densidad. *Revista de Ciencias Físicas*. 12(4): 45-50. 2020.
59. Ramírez, C. Alteraciones en variables físicas: temperatura, presión y densidad. *Revista de Ciencias Físicas*. 12(4): 45-50. 2020.
60. García, R. A. El rendimiento académico: Indicadores y medición del éxito estudiantil. *Revista de Educación y Psicología*. 20(1): 112-118. 2022.



61. Martínez, J. P. Situaciones que afectan al individuo: Manifestaciones físicas, psicológicas y comportamentales. *Revista de Psicología y Salud*. 18(3): 134-140. 2020.
62. Hernández, S. R. Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Primera edición, McGRAW-HILL. 2018.
63. Bernal, C. A. Metodología de la investigación. Tercera edición, Pearson Educación. 18 (5) 322. 2016.



ANEXOS



ANEXO 1: MATRIZ DE SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

Nº	Elementos estresores								Reacciones físicas					Reacciones psicológicas					Reacciones comportamentales				Estrategias de afrontamiento					Sub total	Total	Prom	Modalidad						
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	Sub total	P9	P10	P11	P12	P13	P14	Sub total	P15	P16	P17	P18	P19	Sub total	P20	P21	P22	P23	Sub total					P24	P25	P26	P27	P28	P29
1	5	4	3	3	3	3	3	4	11	2	2	2	2	2	2	9	3	3	3	3	3	16	1	2	1	1	10	2	3	2	3	2	2	10	46	12	Regular
2	2	3	2	3	2	2	3	2	12	2	3	3	1	2	4	18	3	4	3	2	1	10	2	1	4	3	10	3	2	2	1	2	4	10	50	11.34	Regular
3	5	5	5	5	5	4	3	1	13	5	5	4	3	3	3	18	2	3	4	3	3	14	2	2	3	3	9	5	5	4	4	4	3	9	54	10.45	Tercera matrícula
4	4	5	4	4	4	3	4	3	12	1	2	2	4	3	5	14	3	4	4	4	3	3	3	2	4	4	9	3	2	2	2	1	2	9	49	12.45	Regular
5	3	5	5	4	3	3	3	3	15	5	5	5	3	4	4	11	4	3	3	4	3	11	3	3	3	4	10	3	3	2	2	4	2	10	47	11.45	Regular
6	4	4	4	3	4	5	5	2	11	3	3	3	1	3	3	16	2	2	3	5	2	11	1	4	5	3	9	3	2	2	1	1	1	9	46	15.45	Regular
7	3	4	1	2	3	2	3	3	8	4	4	5	3	1	3	14	4	2	4	3	2	12	1	3	4	3	10	4	3	5	3	4	3	10	44	13	Regular
8	3	3	2	4	5	2	3	4	13	3	2	3	2	4	3	14	3	4	4	4	5	12	4	3	2	3	9	3	2	2	4	1	3	9	48	11	Tercera matrícula
9	3	5	5	4	4	3	3	3	15	5	4	4	2	2	3	11	3	2	3	3	2	10	2	2	4	4	10	2	4	3	2	2	2	10	45	16.13	Regular
10	4	3	2	4	2	5	4	2	15	2	2	1	1	2	5	12	5	2	4	2	1	12	3	3	2	4	8	4	3	2	2	3	4	8	47	15.63	Regular
11	4	5	3	4	4	4	2	5	12	5	5	5	5	5	5	15	4	5	5	5	5	16	4	3	5	5	10	3	2	1	1	1	4	10	53	12.34	Regular
12	1	4	4	4	4	3	4	3	13	1	2	2	3	3	4	17	3	3	4	2	4	11	2	3	3	3	11	4	4	4	5	4	3	11	52	14.96	Regular
13	2	2	1	3	2	3	2	4	13	2	3	2	3	2	3	15	3	4	3	3	4	11	3	2	3	2	10	2	1	3	2	2	4	10	49	11.23	Tercera matrícula
14	4	4	4	5	3	4	3	3	14	3	2	3	4	2	4	15	5	1	3	2	1	13	2	3	5	5	10	4	3	4	1	2	1	10	52	10.56	Tercera matrícula
15	4	5	5	5	4	3	3	3	16	4	3	4	3	3	3	17	2	3	4	3	3	10	2	3	3	3	13	3	4	4	3	4	4	13	56	13.5	Regular
16	3	4	2	3	3	4	3	4	12	3	4	2	3	3	4	17	2	4	3	2	1	11	1	2	3	3	11	3	4	2	2	3	3	11	51	12.56	Regular
17	4	3	5	4	3	3	3	5	16	2	2	3	3	4	3	11	4	3	2	3	2	9	3	3	4	3	6	4	3	2	4	3	3	6	42	13.34	Regular
18	4	5	5	5	4	3	3	5	15	3	2	2	2	2	3	11	2	3	2	2	2	9	2	2	3	3	7	4	4	5	2	4	2	7	42	15.83	Regular
19	2	3	1	2	3	3	1	2	11	3	2	4	2	3	3	15	5	1	3	2	1	14	2	3	5	4	9	4	2	5	2	3	2	9	49	15.46	Regular
20	4	4	3	4	3	4	5	4	15	5	4	4	5	3	4	12	4	5	4	4	2	9	4	4	3	4	9	2	2	1	4	3	3	9	45	12.3	Regular
21	3	4	5	3	4	3	3	5	18	3	3	4	4	5	3	16	3	4	3	3	4	11	2	3	3	2	10	4	3	3	4	3	3	10	55	15.46	Regular
22	4	5	5	4	5	3	3	5	6	3	3	4	2	2	3	12	3	2	2	2	2	13	1	2	2	3	9	3	2	3	2	3	3	9	40	11.45	Regular
23	3	4	2	4	2	3	4	4	15	1	3	3	2	1	4	9	2	4	3	4	2	13	1	5	2	4	7	3	4	4	2	2	2	7	44	15.38	Regular
24	3	4	4	4	3	5	4	4	14	4	3	3	4	3	4	13	4	4	4	3	4	9	3	4	4	4	10	3	2	1	2	1	3	10	46	12.3	Regular
25	3	3	4	3	3	3	4	4	12	3	2	3	2	3	2	14	3	3	2	3	3	14	3	3	3	3	8	3	4	3	4	3	4	8	48	11.86	Regular
26	3	4	4	3	4	3	2	4	14	3	4	3	2	3	4	14	3	5	4	4	3	12	1	1	2	4	10	2	3	4	2	3	2	10	50	12.34	Regular
27	3	4	2	5	3	2	2	4	11	2	4	2	1	1	4	10	3	3	4	4	2	13	1	3	1	4	7	4	3	2	1	4	2	7	41	13.56	Regular
28	1	4	4	4	5	4	3	4	18	3	3	3	3	4	2	16	4	4	4	3	3	11	2	3	3	4	10	4	5	3	3	3	3	10	55	14.45	Regular
29	3	4	3	4	5	4	3	5	14	2	2	3	2	4	3	16	2	3	3	3	2	12	2	3	2	2	12	2	3	3	3	2	2	12	54	17	Regular
30	3	4	4	4	5	3	3	3	14	2	3	2	1	1	4	11	2	2	3	3	1	12	1	2	3	4	11	2	2	3	3	3	2	11	48	16.88	Regular
31	3	3	2	3	3	2	3	3	12	2	3	2	2	3	3	11	2	4	4	4	3	11	2	2	2	3	11	2	3	3	4	4	4	11	45	16.79	Regular
32	3	2	4	3	3	4	4	4	15	4	5	2	3	3	4	15	3	4	3	3	1	12	2	3	3	3	9	4	4	3	3	2	3	9	51	16.75	Regular
33	4	4	4	4	4	4	4	4	16	2	2	4	2	3	4	11	3	4	4	4	2	2	2	4	3	2	2	3	3	3	4	3	3	7	47	13.89	Regular
34	4	4	3	3	4	4	3	3	15	3	2	2	2	1	3	14	2	3	2	3	3	11	1	1	2	2	5	1	2	3	2	2	3	5	45	16.63	Regular
35	2	3	3	3	3	3	4	4	10	3	3	2	2	2	4	14	3	3	2	3	4	12	2	3	3	3	10	3	2	2	2	2	2	10	46	12.67	Regular
36	4	4	3	4	3	3	4	4	16	4	5	3	4	4	4	12	3	4	4	4	4	12	3	3	3	4	9	3	4	2	2	3	2	9	49	16.5	Regular
37	3	3	2	4	3	2	5	2	17	4	4	4	4	3	4	16	2	4	5	2	1	11	1	3	2	2	5	3	3	4	4	4	2	5	49	16.46	Regular
38	4	4	4	3	3	4	4	4	10	2	3	3	1	1	4	13	2	3	3	4	2	9	1	1	3	4	9	2	2	3	4	3	1	9	41	13.45	Regular
39	1	4	5	4	2	3	2	3	15	3	3	4	5	2	4	16	3	4	4	4	3	12	3	4	3	4	7	2	4	2	2	3	7	50	16.46	Regular	
40	2	4	2	4	3	2	2	2	13	2	3	3	2	2	3	9	3	2	2	2	3	16	2	1	3	2	10	4	4	3	1	3	2	10	48	11.87	Regular
41	4	3	3	4	5	2	4	3	12	3	3	2	2	1	4	18	2	2	3	3	2	12	1	3	2	3	7	4	4	2	2	4	3	7	49	16.29	Regular
42	4	4	4	3	4	3	4	3	15	2	2	3	1	2	3	14	2	1	2	3	2	11	2	1	3	2	2	1	1	3	2	3	3	9	49	12	Regular
43	2	3	2	3	2	3	2	2	13	3	2	3	2	3	4	14	2	3	2	3	2	15	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	45	16.17	Regular
44	4	3	4	4	3	4	3	4	14	4	4	3	3	3	3	15	3	4	4	3	3	13	4	3	4	3	12	3	3	2	1	2	2	12	54	13.56	Regular
45	2	3	3	3	2	4	3	3	13	4	3	1	1	2	2	12	2	2	2	1	1	13	1	2	1	1	8	4	3	3	3	2	3	8	46	12.34	Regular
46	4	3	3	4	4	4	4	4	11	3	4	2	2	3	4	18	4	3	4	4	3	10	3	3	4	3	10	3	3	2	2	3	3	10	49	15	Regular
47	3	3	4	4	3	4	3	4	13	4	3	4	5	4	5	12	4	3	4	4	5	12	3	3	4	4	10	4	3	4	4	4	3	10	47	14.34	Regular
48	2	2	3	3	2	3	2	3	13	2	1	1	1	2	2	10	3	1	2	2	2	12	3	1	2	1	6	3	4	3	2	4	3	6	41	12.45	Regular
49	3	3	2	3	2	3	2	3	15	3	3	3	2	2	3	15	3	3	3	3</																	



71	1	5	5	5	5	5	5	14	4	4	4	4	4	17	4	4	4	4	11	4	4	4	4	4	4	4	4	4	14	56	12.34	Regular					
72	3	4	5	5	4	4	4	11	4	3	4	2	5	14	4	5	5	4	13	3	3	4	4	7	3	2	2	2	3	2	7	45	15.46	Regular			
73	5	4	4	3	4	4	5	14	5	3	4	2	5	14	3	4	5	4	13	2	2	3	3	7	2	1	1	1	3	1	7	47	11.98	Regular			
74	1	3	5	3	3	5	2	4	15	2	1	1	1	1	3	14	4	4	3	4	2	13	3	1	4	1	8	3	2	2	1	1	3	8	50	15.33	Regular
75	3	3	2	3	3	2	1	1	16	1	2	2	1	1	3	12	1	2	1	2	1	11	3	2	1	2	7	1	2	3	3	2	2	7	46	13.23	Regular
76	1	4	2	1	2	3	2	3	12	1	3	2	1	1	4	11	2	2	2	3	3	13	4	1	1	2	10	3	2	1	2	2	2	10	46	15.21	Regular
77	3	4	2	4	5	3	2	1	1	2	1	1	1	2	1	15	2	1	2	1	1	10	1	2	1	2	5	4	3	2	3	3	5	45	11.23	Regular	
78	3	4	4	5	5	5	4	5	14	5	5	4	3	5	4	11	4	4	4	3	3	12	3	5	5	5	12	3	2	3	2	3	1	12	49	15.17	Regular
79	3	4	5	3	3	3	3	5	16	1	3	2	1	2	3	19	1	4	1	2	1	11	1	1	2	1	6	2	4	1	2	4	2	6	52	14.98	Regular
80	3	4	4	3	4	2	3	4	17	3	3	4	3	3	5	11	4	5	5	4	2	9	5	4	5	5	10	2	3	3	2	1	1	10	47	15.13	Regular
81	4	2	3	2	4	2	3	2	14	5	4	5	2	4	5	16	5	4	3	4	1	13	2	4	3	2	10	4	3	2	3	1	4	10	53	13	Regular
82	3	4	2	3	3	4	5	4	16	3	3	4	3	3	4	15	4	3	3	4	4	11	4	4	5	5	7	2	3	1	4	3	3	7	49	15	Regular
83	4	5	5	4	5	3	4	5	12	5	5	5	5	5	5	15	4	5	4	4	4	16	4	2	5	4	14	3	3	2	1	3	1	14	57	11.98	Regular
84	2	2	2	1	2	2	2	4	12	2	3	3	3	3	4	16	3	2	2	3	4	9	2	3	4	4	8	4	3	3	2	1	8	45	15	Regular	
85	3	4	2	4	4	4	2	5	17	4	3	2	3	2	1	16	4	5	2	3	1	13	1	2	2	3	7	3	4	2	3	2	1	7	53	14.96	Regular
86	3	5	5	4	3	3	2	3	13	3	3	1	1	2	4	12	3	2	2	3	2	14	2	2	4	3	9	4	3	2	1	2	2	9	48	12.56	Regular
87	4	3	3	4	5	3	4	4	30	3	2	4	2	1	1	13	3	4	4	2	1	14	3	4	4	3	14	2	1	1	2	3	1	6	51	14.79	Regular
88	3	3	3	3	3	3	3	3	24	5	5	5	5	5	5	30	4	5	5	5	5	24	4	3	3	3	13	3	3	3	3	3	3	9	41	14.79	Regular
89	1	1	2	3	4	1	2	1	15	4	3	4	2	3	2	18	4	3	2	4	2	15	1	3	1	2	7	4	3	2	4	3	2	9	40	13.21	Regular
90	5	4	2	3	5	2	5	4	30	4	4	5	1	4	3	21	4	5	4	2	4	19	3	2	4	5	14	4	3	4	1	1	1	3	47	14.71	Regular
91	4	2	3	4	4	3	1	1	22	2	1	1	3	4	3	14	5	4	5	3	2	19	3	1	2	2	8	2	2	3	1	1	1	3	55	11.98	Regular
92	3	4	4	4	3	3	5	3	31	3	3	4	4	4	4	22	3	4	3	4	3	17	3	3	4	4	14	3	4	4	4	4	4	12	55	14.67	Regular
93	4	3	4	5	5	2	1	3	27	2	3	2	1	3	2	13	3	2	4	3	2	14	2	4	4	3	13	3	4	2	3	3	2	8	47	12.87	Regular
94	2	5	3	4	2	5	4	28	3	2	4	1	2	3	15	3	2	2	1	1	9	1	1	3	5	10	5	4	5	3	1	2	6	43	14.63	Regular	
95	4	3	1	4	3	2	1	1	19	3	2	2	2	4	3	16	4	5	5	4	3	21	3	3	3	4	13	4	3	4	4	3	11	47	13.21	Regular	
96	3	5	4	4	4	4	4	4	32	5	4	3	3	2	2	19	3	3	3	2	3	14	3	3	2	3	11	2	3	3	2	3	2	7	52	14.54	Regular
97	3	3	3	3	4	4	2	3	25	3	4	4	3	2	4	20	2	2	1	3	2	10	2	2	3	2	9	3	2	4	3	2	2	7	57	12.98	Regular
98	3	5	3	4	4	3	3	3	28	3	3	4	2	1	4	17	5	5	5	5	3	23	3	5	3	2	13	3	2	1	1	1	3	5	49	14.38	Regular
99	4	5	5	5	3	2	5	34	4	5	4	3	5	5	26	3	4	4	3	5	19	2	4	5	5	16	2	2	1	1	1	1	3	42	14.09	Regular	
100	4	4	4	3	2	2	5	4	28	4	5	4	5	2	1	21	1	2	5	5	1	14	3	1	2	1	7	1	3	4	3	2	4	9	44	13.4	Regular
101	3	5	2	4	3	3	3	4	27	3	2	5	3	3	4	20	3	4	4	3	2	16	3	2	2	3	10	2	2	3	2	2	2	6	51	12.98	Regular
102	3	4	3	5	3	4	4	3	29	5	4	4	3	4	3	23	2	3	3	3	4	15	2	3	3	2	10	2	3	3	4	3	4	11	51	11.96	Regular
103	4	3	2	4	5	4	3	4	29	4	3	4	4	3	2	20	3	2	2	2	3	12	4	3	4	4	15	4	4	3	1	1	2	4	58	12.56	Regular
104	1	2	5	2	5	2	3	4	24	3	4	4	5	5	4	25	4	5	5	5	4	23	5	4	4	5	18	4	4	5	3	5	4	12	52	13.65	Regular
105	5	4	4	3	3	4	3	3	29	1	2	2	3	3	3	13	3	3	4	2	5	17	5	4	3	4	16	1	2	3	4	3	5	12	51	16.76	Regular
106	2	4	3	4	4	3	2	4	26	3	3	3	3	1	5	18	3	4	3	2	3	15	1	3	2	3	9	5	4	2	3	4	3	10	51	13.65	Regular
107	4	3	2	3	3	2	3	3	23	2	2	1	2	1	3	11	2	2	1	3	2	10	2	1	3	2	8	3	2	5	3	3	2	8	49	12.98	Regular
108	3	3	5	4	3	4	3	3	28	3	4	2	3	4	3	19	5	4	3	4	3	19	3	4	3	4	14	3	3	4	3	4	3	10	46	13.76	Regular
109	3	4	3	4	3	4	3	4	28	3	4	3	4	3	4	20	2	3	2	3	2	12	2	3	3	2	10	4	3	2	3	2	3	8	51	13.45	Regular
110	3	3	3	4	3	4	4	4	28	2	3	3	2	3	3	16	3	2	2	3	3	13	2	3	3	3	11	3	3	2	4	3	3	10	44	11.21	Regular
111	2	2	1	2	2	1	1	2	13	2	2	1	1	1	2	9	1	1	1	2	1	6	1	2	1	1	5	2	3	5	4	3	2	9	40	17.04	Regular
112	3	3	3	2	2	3	3	3	22	5	5	3	2	5	5	25	4	4	5	5	4	23	3	3	4	3	13	3	3	4	3	4	3	10	56	16.71	Regular
113	3	4	3	4	3	5	3	2	27	1	2	3	3	3	3	15	4	3	2	3	4	16	3	2	4	3	12	2	3	4	3	4	3	10	45	15.42	Regular
114	2	4	3	5	4	3	4	4	29	3	2	3	2	3	2	15	1	3	2	3	2	11	2	2	2	4	10	3	3	2	3	3	3	9	50	11.34	Regular
115	4	4	5	4	5	3	4	4	33	3	3	4	2	3	4	19	3	3	4	3	4	17	3	4	3	2	12	3	4	2	2	2	2	6	58	11	Regular
116	3	3	4	3	4	5	4	5	31	3	4	3	4	4	4	22	4	3	4	4	4	19	4	3	4	3	14	3	2	3	3	2	3	8	57	15.43	Regular
117	2	5	4	3	2	3	2	3	25	5	3	3	2	3	5	21	3	3	3	3	2	14	1	4	3	4	12	4	3	1	1	1	2	4	50	13.45	Regular
118	2	3	3	4	4	3	4	3	26	2	2	3	3	4	3	17	3	2	3	3	1	12	3	3	3	2	11	4	2	3	4	3	2	9	50	12.45	Regular
119	4	4	3	4	3	4	2	27	2	3	3	1	3	4	16	3	4	3	4	3	17	5	2	3	4	14	3	3	4	1	2	3	6	45	11	Regular	
120	4	3	4	5	4	3	4	5	32	4	5	4	3	4	3	23	4	3	4	5	4	20	4	5	4	5	18	4	5	5	4	5	4	13	52	13.76	Regular
121	3	5	5	5	3	3	3	3	32	4	3	3	1	3	3	17	3	2	2	2																	



151	2	3	4	5	3	2	4	3	26	2	3	4	3	3	2	17	2	3	4	3	2	14	2	3	3	4	12	2	4	3	4	2	5	11	49	11.98	Regular
152	2	3	3	2	2	1	1	3	17	1	2	1	1	1	3	9	2	4	3	1	1	11	1	2	4	2	9	4	2	3	1	2	1	4	52	14.56	Regular
153	5	5	4	4	4	5	1	1	29	5	3	4	4	5	5	26	3	3	3	4	5	18	3	1	4	2	10	1	3	4	2	3	2	7	44	16.17	Regular
154	2	3	2	3	2	3	2	3	20	1	3	1	3	2	2	12	2	3	4	2	2	13	2	3	2	2	9	1	3	2	2	2	7	47	15.75	Regular	
155	2	5	3	4	4	4	4	5	31	3	4	4	3	2	2	18	3	2	2	4	2	13	1	1	4	5	11	2	3	3	2	3	3	8	52	12.34	Regular
156	3	4	4	4	5	3	4	5	32	4	3	4	4	3	3	21	2	2	4	4	2	14	2	2	3	4	11	3	3	4	2	4	3	9	46	14.96	Regular
157	3	2	3	4	2	4	2	3	23	3	2	3	4	2	3	17	1	3	1	3	2	10	1	3	3	1	8	1	2	3	3	3	3	9	52	12.34	Regular
158	3	3	4	4	3	3	5	4	29	2	4	3	4	4	5	22	4	3	4	4	4	19	1	3	3	3	10	3	3	2	2	2	6	45	15.34	Regular	
159	2	3	3	3	4	4	5	1	25	2	3	4	3	4	2	18	3	4	3	4	3	17	2	4	4	5	15	5	3	2	4	2	5	11	60	13.45	Regular
160	4	3	4	3	4	3	3	4	28	3	2	3	2	3	3	16	3	3	4	4	4	18	3	4	3	4	14	2	3	2	3	3	4	10	55	16.45	Regular
161	3	2	1	3	1	3	2	3	18	3	2	3	2	3	2	15	2	3	4	5	2	16	2	3	4	2	11	2	3	3	4	2	3	9	63	14.34	Regular
162	3	4	4	4	3	2	2	4	30	2	2	1	1	1	1	8	2	3	2	3	2	12	2	3	3	3	11	2	3	3	2	3	2	7	48	12.34	Regular
163	3	4	3	4	3	5	4	4	26	4	5	5	3	4	5	26	4	5	5	5	4	23	4	4	5	5	18	2	3	1	3	3	3	9	43	14.34	Regular
164	4	4	3	3	4	4	2	3	27	1	2	3	5	5	4	20	4	5	5	4	5	23	2	2	2	2	8	3	3	2	1	1	2	4	51	11.21	Regular
165	3	4	4	5	3	3	3	4	29	4	4	3	3	2	4	20	3	4	3	3	1	14	1	3	3	4	11	2	4	2	3	3	2	8	49	14.17	Regular
166	3	4	3	3	4	3	4	4	24	2	3	2	2	2	3	14	2	3	4	3	4	16	2	3	2	3	10	2	3	4	3	4	3	10	46	12.76	Regular
167	2	3	3	3	4	2	4	4	25	2	2	3	3	4	3	17	4	4	4	3	4	19	2	2	3	4	11	4	4	5	3	3	3	9	48	14.08	Regular
168	3	4	3	3	4	4	3	5	29	4	3	4	2	1	4	18	4	5	3	2	3	17	3	3	4	3	13	2	2	2	4	1	2	7	47	14.04	Regular
169	2	3	4	3	3	4	3	3	25	3	3	4	5	5	4	24	3	3	2	4	4	16	3	3	4	4	14	4	4	3	3	2	2	7	46	13	Regular
170	2	3	3	3	2	3	2	4	22	3	2	2	2	3	2	14	3	2	3	4	2	14	2	2	3	3	10	3	3	2	2	1	2	5	52	14	Regular
171	1	2	3	1	2	3	4	5	21	4	5	4	4	3	4	24	2	4	5	2	2	15	5	4	5	3	17	2	3	2	3	2	8	47	13.96	Regular	
172	4	4	3	3	3	3	5	5	28	3	2	3	3	2	3	16	3	3	2	3	2	13	2	2	3	2	9	2	3	1	2	2	2	6	46	10.45	Tercera matrícula
173	4	4	2	4	3	3	3	5	28	3	2	3	3	2	2	15	3	3	2	2	2	12	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	7	52	13.96	Regular	
174	3	3	3	2	4	3	4	4	26	5	5	5	4	4	2	25	2	2	2	3	2	11	2	3	3	3	11	3	3	2	2	2	4	8	56	13.92	Regular
175	3	3	2	4	2	3	3	5	25	3	3	2	1	3	3	15	5	3	3	3	2	16	2	2	3	3	10	2	2	2	2	2	1	5	10	11	Regular
176	3	4	3	3	2	3	2	4	24	2	2	2	2	3	2	13	3	2	2	3	2	12	2	2	2	3	9	3	3	3	2	2	3	7	11	13.88	Regular
177	3	3	2	3	2	3	3	4	23	3	3	3	1	3	3	16	4	4	3	3	2	16	2	2	3	3	10	2	2	2	2	3	2	7	10	11.45	Regular
178	1	3	2	2	3	2	5	20	1	2	2	2	1	2	1	10	2	3	3	3	3	14	2	2	2	2	8	4	5	4	3	5	5	13	14	17.71	Regular
179	2	4	4	4	3	2	3	4	26	4	3	2	2	2	3	16	3	2	2	3	2	12	1	3	3	3	10	1	2	1	1	2	2	5	10	17.67	Regular
180	1	3	2	3	3	2	2	2	18	2	2	2	1	2	2	11	1	1	1	2	2	7	1	1	1	2	5	4	3	2	3	3	3	9	8	15	Regular
181	2	3	2	3	2	3	3	4	22	2	3	2	2	3	1	13	3	2	2	3	2	12	2	3	1	2	8	3	3	2	2	3	3	8	12	17.58	Regular
182	2	4	3	2	3	3	2	4	23	2	2	3	1	1	3	12	2	3	2	4	1	12	1	2	2	3	8	3	2	2	2	3	2	7	8	14.34	Regular
183	2	3	3	3	2	3	3	3	22	2	3	2	2	1	2	12	2	2	2	2	1	9	1	3	2	2	8	3	4	5	2	2	2	6	11	17.33	Regular
184	2	3	2	3	2	2	2	4	21	3	1	2	1	1	3	11	2	2	3	3	2	12	2	2	2	3	9	2	3	3	2	3	4	9	11	15.34	Regular
185	2	5	2	4	3	2	2	4	24	2	3	3	1	3	4	16	3	3	2	4	1	13	1	1	4	3	9	3	2	3	1	1	1	3	7	17.25	Regular
186	2	5	3	5	4	2	2	5	28	2	5	4	1	3	5	20	5	3	4	4	4	20	4	3	3	3	13	3	3	3	2	1	1	4	12	16	Regular
187	2	5	4	3	3	3	2	5	27	5	4	5	4	5	5	28	3	5	5	3	4	20	3	4	5	3	15	3	4	2	2	4	2	8	13	12	Regular
188	4	5	4	4	3	2	2	5	29	5	4	4	5	2	4	24	3	3	4	3	3	16	3	4	4	4	15	4	2	4	3	3	3	9	12	17	Regular
189	3	4	3	4	4	4	3	4	29	2	3	3	2	2	4	16	3	4	3	3	2	15	1	2	4	4	11	2	2	2	3	2	2	7	9	16.96	Regular
190	3	4	3	4	3	4	2	2	25	3	3	4	2	2	5	19	4	4	4	4	2	18	2	3	4	4	13	3	3	2	2	2	3	7	13	16.88	Regular
191	3	3	3	3	3	3	3	3	24	2	2	1	3	2	1	11	2	3	3	2	2	12	3	2	2	3	10	2	3	2	3	2	1	6	8	12.34	Regular
192	2	4	3	4	4	3	3	4	27	3	4	3	2	2	2	16	2	2	3	3	2	12	2	2	4	5	13	4	3	2	3	3	3	9	10	16.79	Regular
193	2	3	4	4	3	3	3	4	25	2	3	2	2	2	2	14	3	2	2	3	3	13	2	2	2	3	9	2	2	3	2	3	2	7	9	11.45	Regular
194	2	3	3	2	3	4	2	4	23	2	4	3	2	2	3	16	3	3	3	4	2	15	2	3	4	3	12	2	3	2	2	2	3	7	12	16.71	Regular
195	3	3	3	3	4	4	3	2	25	3	3	3	3	2	3	17	2	3	3	3	3	14	2	2	4	4	12	4	3	3	2	4	4	10	11	16.63	Regular
196	3	5	3	4	5	4	3	3	30	3	4	2	2	2	2	15	2	3	3	3	3	14	3	2	3	4	12	4	4	3	2	4	3	7	11	12.34	Regular
197	3	4	3	4	3	4	3	2	26	4	3	2	3	2	3	17	4	4	4	4	3	19	3	2	4	4	13	4	3	3	4	3	3	10	12	16.38	Regular
198	4	4	2	3	3	2	2	4	24	2	2	2	1	1	1	9	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	4	2	3	3	2	3	3	8	8	13.87	Regular
199	4	5	3	4	3	5	3	4	31	3	4	4	3	4	4	22	4	3	3	4	2	16	3	3	2	3	11	2	3	4	4	3	11	13	16.21	Regular	
200	2	3	2	2	2	2	2	2	17	2	4	3	1	1	1	12	2	2	5	4	3	16	2	4	4	4	14	3	2	3	3	2	8	10	13.45	Regular	
201	3	4	3	3	3	3																															



ANEXO 2: MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE VALORES	METODOLOGÍA
¿Cuál es la relación del estrés con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno?	Determinar la relación del estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.	Existe relación significativa entre estrés y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.	Variable 1 1. Estrés	1.1. Elementos estresores 1.2. Síntomas 1.3. Estrategias de afrontamiento	1.1.1. Competencia entre compañeros. 1.1.2. Sobrecarga de tareas. 1.1.3. La personalidad y el carácter del docente. 1.1.4. Las evaluaciones. 1.1.5. Tipos de trabajos. 1.1.6. No se entiende los temas. 1.1.7. Participación en clase 1.2.1. Reacciones físicas. 1.2.2. Reacciones psicológicas. 1.2.3. Reacciones comportamentales. 1.3.3. Elogios a sí mismo. 1.3.4. La religiosidad. 1.3.5. Búsqueda de información sobre la situación 1.3.6. Ventilación y confidencias	Bajo (29 – 67) Modera do (68 – 106) Alto (107 – 145)	Diseño: No experimental Tipo: correlacional Método: hipotético-deductivo Población: 540 estudiantes. Muestra: 225 estudiantes Técnica: V.1: Encuesta V2: Análisis Documental Instrumento:
PE1 ¿Existe relación significativa entre los estímulos estresores y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno?	OE1 Establecer el grado de relación de los estímulos estresores con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.	HE1 Existe relación significativa de los estímulos estresores y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.	Variable 2 2. Rendimiento académico	2.1. Nivel de rendimiento académico	2.1.1. Excelente 2.1.2. Bueno 2.1.3. Regular 2.1.4. Deficiente	Excelente (17 a 20) Bueno (14 a 16) Regular (11 a 13) Deficiente (0 a 10)	Instrumento V1: Cuestionario (Inventario de SISCO) Instrumento V2: Ficha de recolección de datos
PE2 ¿Existe relación significativa entre los síntomas y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno?	OE2 Identificar el grado de relación de los síntomas con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.	HE2 Existe relación significativa de los síntomas y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.					
PE3 ¿Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno?	OE3 Relacionar las estrategias de afrontamiento con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.	HE3 Existe relación significativa de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.					



ANEXO 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por el presente, autorizo voluntariamente a participar en el proyecto de investigación titulada “ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ARTE DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO, 2024”

Que será realizado por: Haydee Alcida Yanapa Quispe

De la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez – Juliaca.

Objetivo de estudio: Determinar la relación del estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

Se le solicita su participación para la recolección de datos que es de tipo anónimo donde se respetara íntegramente su privacidad, confidencialidad y manejo de información de sus datos y no podrán ser vistos o utilizados por otras personas ajenas al estudio ni tampoco para otros propósitos diferentes a los que se establece en el documento que firma.

Doy mi autorización para que se dé la aplicación del cuestionario. Se me informa, además, que esta actividad no pondrá en riesgo mi salud personal, ni me ocasionará ningún tipo de gastos, los resultados solo serán utilizados para estudios de investigación y que servirán para aportar al avance científico de la comunidad.

Puno, _____ de _____ 2023

NOMBRE COMPLETO: _____

FIRMA: _____

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN.



ANEXO 4: INSTRUMENTO

INVENTARIO SISCO PARA ESTRÉS ACADÉMICO
Barraza Macías, Arturo

Buenos días, en esta oportunidad se está desarrollando la investigación titulada **ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ARTE DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO, 2024.** Para lo cual se les pide su colaboración llenando cada una de las preguntas de la presente encuesta.

Instrucciones: El cuestionario presenta un conjunto de características de estrés académico, que desea evaluarse, cada una de ellas va seguida de cinco posibles alternativas de respuestas: Nunca = 1; Rara Vez = 2; Algunas Veces = 3; Casi Siempre = 4; Siempre = 5. Marque con un aspa (X) la respuesta que usted crea conveniente, solo una respuesta por casilla y teniendo en cuenta que no existen puntos en contra.

1. Durante el transcurso de este ciclo **¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?**

Sí () No ()

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

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

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

3. **Señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones.**

N°	ÍTEMS	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
ELEMENTOS ESTRESORES						
01	La competencia con los compañeros de clase.					
02	Sobrecarga de tareas y/o trabajos académicos.					



03	La personalidad y el carácter del profesor.					
04	Las evaluaciones de los profesores (exámenes, lecturas, trabajos de investigación, etc.)					
05	El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, resúmenes de lecturas, mapas conceptuales, etc.)					
06	No entender los temas que se abordan en clase.					
07	Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
08	Tiempo limitado para hacer el trabajo.					

4. Señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

N°	ÍTEMS	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
REACCIONES FÍSICAS						
09	Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).					
10	Fatiga crónica (cansancio permanente).					
11	Dolor de cabeza o migrañas.					
12	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
13	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
14	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
REACCIONES PSICOLÓGICAS						
15	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
16	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).					
17	Ansiedad, angustia o desesperación.					
18	Problemas de concentración.					
19	Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.					
REACCIONES COMPORAMENTALES						
20	Conflictos o tendencias a polemizar o discutir					
21	Aislamiento de los demás.					
22	Desgano para realizar las labores académicas.					
23	Aumento o reducción del consumo de alimentos.					



5. Señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

N°	ÍTEMS	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO						
24	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
25	Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.					
26	Elogios a sí mismo.					
27	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).					
28	Búsqueda de información sobre la situación.					
29	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).					

¡Gracias por tu participación, será muy relevante para esta investigación!



VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO POR OPINIÓN DE EXPERTO
JUICIO DE EXPERTO VARIABLE 1

Título de investigación: Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano, 2024.

Aplicado por: Haydee Alcida Yanapa Quispe

Nombre del instrumento: Cuestionario del inventario SISCO de Macías Barraza

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación el presente instrumento (encuesta), a los efectos de su aplicación en los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte.

Luego de hacer la revisión correspondiente, puedo formular las siguientes apreciaciones:

	SI	NO	Observaciones
Pertinencia	<input checked="" type="checkbox"/>		
Relevancia	<input checked="" type="checkbox"/>		
Precisión	<input checked="" type="checkbox"/>		
Claridad	<input checked="" type="checkbox"/>		
Pertinencia	<input checked="" type="checkbox"/>		

Opción de aplicabilidad:

El instrumento es aplicable	<input checked="" type="checkbox"/>
Es instrumentos debe mejorarse para aplicar	<input type="checkbox"/>
El instrumento no es aplicable	<input type="checkbox"/>


 Dr. Julio Cesar Sardon Huayapa
 DOCENTE
 UNA - PUNO

DNI. N° 40936972



VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO POR OPINIÓN DE EXPERTO JUICIO DE EXPERTO VARIABLE 1

Título de investigación: Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano, 2024.

Aplicado por: Haydee Alcida Yanapa Quispe

Nombre del instrumento: Cuestionario del inventario SISCO de Macías Barraza

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación el presente instrumento (encuesta), a los efectos de su aplicación en los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte.

Luego de hacer la revisión correspondiente, puedo formular las siguientes apreciaciones:

	SI	NO	Observaciones
Pertinencia	X		
Relevancia	X		
Precisión	X		
Claridad	X		
Pertinencia	X		

Opción de aplicabilidad:

El instrumento es aplicable	X
Es instrumentos debe mejorarse para aplicar	
El instrumento no es aplicable	




Hermelinda Mendoza Quispe
C.Ps.P. 20910

DNI. N° 41171854



VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO POR OPINIÓN DE EXPERTO
JUICIO DE EXPERTO VARIABLE 1

Título de investigación: Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano, 2024.

Aplicado por: Haydee Alcida Yanapa Quispe

Nombre del instrumento: Cuestionario del inventario SISCO de Macías Barraza


Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación el presente instrumento (encuesta), a los efectos de su aplicación en los estudiantes de la Escuela Profesional de Arte.

Luego de hacer la revisión correspondiente, puedo formular las siguientes apreciaciones:

	SI	NO	Observaciones
Pertinencia	<input checked="" type="checkbox"/>		
Relevancia	<input checked="" type="checkbox"/>		
Precisión	<input checked="" type="checkbox"/>		
Claridad	<input checked="" type="checkbox"/>		
Pertinencia	<input checked="" type="checkbox"/>		

Opción de aplicabilidad:


El instrumento es aplicable	<input checked="" type="checkbox"/>
Es instrumentos debe mejorarse para aplicar	<input type="checkbox"/>
El instrumento no es aplicable	<input type="checkbox"/>


 Dr. Julio Cesar Sardon Huayapa
 DOCENTE
 UNA - PUNO


DNI. N° 40936972



ANEXO 6: AUTORIZACIÓN DE ESTABLECIMIENTO DONDE SE REALIZÓ LA INVESTIGACIÓN



Universidad Nacional del Altiplano de Puno
Facultad de Ciencias Sociales
ESCUELA PROFESIONAL DE ARTE
 Programas Académicos: Artes Plásticas, Música y Danza



"Año del Bicentenario, de la Consolidación de nuestra Independencia y de la Conmemoración de las Heroicas batallas de Junín y Ayacucho"


Puno, 18 de junio de 2024

SEÑORES:
 Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez"


Visto la solicitud presentada por la Bach. Haydee Alcida Yanapa Quispe, en fecha 17 de junio del presente, esta dirección **autoriza la ejecución del proyecto titulado "Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Arte de la Universidad Nacional del Altiplano, 2024 – I,** puesto que estamos prestos a colaborar con el propósito de tener acceso de los resultados alcanzados y contribuir con la titulación de la bachiller en mención.

Es cuanto podemos indicar respecto a la presente autorización.

Atentamente.



Dr. Efraín Huanca Durán
DIRECTOR DE ESTUDIOS
 Escuela Profesional de Arte UNA-Puno



C.c.
 Archivo 2024
 EHD/-

Dirección: Pabellón Ciencias Sociales, Ciudad Universitaria, Puno, Perú
 Facebook: www.facebook.com/EscuelaArteUNAPUNO Email: eparte@unap.edu.pe



ANEXO 1
FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN

AUTORIZACIÓN PARA LA INCORPORACIÓN DE LOS
TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN
EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL UANCV

Formato digital

Fecha de entrega: 31/03/2025

1. Datos del autor (es):

Nombres y Apellidos: HAYDEE ALCIDA YANAPA QUISPE

Dirección: Jr. Abraham Valdelomar N°247

DNI/Carné de Extranjería/Pasaporte N°: 44723059

Teléfono: 929031970 email: haydeeps0220@gmail.com

Nombres y Apellidos: _____

Dirección: _____

DNI/Carné de Extranjería/Pasaporte N°: _____

Teléfono: _____ email: _____

Facultad y/o Escuela de Posgrado: CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional o Mención: PSICOLOGÍA

Título o Grado Académico a optar: PSICÓLOGO

Asesor: Dra. SANDRA ALEJANDRA FERNANDEZ MACEDO

Esta obra se encuentra dentro de las siguientes denominaciones:

Trabajo de Investigación Tesis Trabajo de Suficiencia Profesional Trabajo Académico

Título ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ARTE DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO, PUNO 2024

Palabras claves, (3 a 5 términos): estrés, elementos estresores, síntomas, rendimiento académico.

¿Esta obra se desarrolló en la UANCV ^{1,2}?

2

¹ Indicar si su producción intelectual ha empleado recursos tales como, instalaciones, laboratorios, insumos, equipos, bases de datos, asesoría técnica por parte del personal de la UANCV, financiamiento, entré otros relacionados.

² Si su producción intelectual se desarrolló en la UANCV totalmente o parcialmente, deberá autorizar el depósito en el Repositorio de manera obligatoria.



2. Referencia de tesis:

Bachiller Titulo 2da Especialidad Maestría Doctorado

3. Licencias:

a) Licencia estándar:

Bajo los siguientes términos, autorizo el depósito de mi tesis en el Repositorio Digital de la UANCV.

Con la autorización de depósito de mi producción Intelectual, otorgo a la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" una licencia no exclusiva para reproducir, distribuir, comunicar al público, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición del público mi producción intelectual (incluido el resumen), en formato físico o digital, en cualquier medio, conocido o por conocerse, a través de los diversos servicios por la Universidad, creados o por crearse, tales como el Repositorio Digital de tesis UANCV, colección de producción intelectual, entre otros, en el Perú y en el extranjero por el tiempo y veces que considere necesarias, y libres de remuneraciones.

En virtud de dicha licencia, la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" podrá reproducir mi producción intelectual en cualquier tipo de soporte y en más de un ejemplar, sin modificar su contenido, solo con propósitos de seguridad, respaldo y preservación.

Declaro que la producción intelectual es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad, coautoría con titularidad compartida, y me encuentro facultado a conceder la presente licencia y, asimismo, garantizo que dicha producción intelectual no infringe derechos de autor de terceras personas.

La Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" consignará el nombre del y/o los autor(es) de la producción intelectual, y no le hará ninguna modificación más que la permitida en la licencia.

Autorizo su publicación (marque con una X)

- Sí, autorizo que se deposite inmediatamente.
- Sí, autorizo que se deposite a partir de la fecha (d/m/a): _____
- No autorizo.

b) Licencia CREATIVE COMMONS 4.0 INTERNACIONAL:

Si usted concede una licencia CREATIVE COMMONS sobre su producción intelectual, mantiene la titularidad de los derechos de autor de esta y, a la vez, permite que otras personas puedan reproducirla, comunicarla al público y distribuir ejemplares de esta, bajo las condiciones siguientes:

¿Quiere permitir usos comerciales de su producción intelectual?

Sí: significa que usted permite la reproducción, distribución y comunicación pública de la producción intelectual incluso con fines comerciales.

No: significa que usted permite la reproducción, y comunicación pública de la producción intelectual, pero sin fines comerciales.

- Sí autorizo
- No autorizo



Jurisdicción de su Licencia

Todas las licencias CREATIVE COMMONS son de ámbito mundial, sin embargo, usted puede elegir entre la opción "internacional" o una adaptada a su jurisdicción, como para el caso peruano.

La opción "internacional" emplea el lenguaje y la terminología de los tratados internacionales; en cambio, la adaptada a su jurisdicción, recoge las particularidades de la legislación peruana.

En consecuencia, la opción "internacional" goza de una mayor eficacia a nivel mundial, gracias a que tiene jurisdicción neutral. Mientras que la opción adaptada a la jurisdicción del Perú goza de una mayor eficacia ante los tribunales peruanos.

Internacional

Nacional

Línea de investigación: PSICOPEDAGOGÍA – P13

Firma de Autor



huella digital

31 de marzo del 2025

Fecha

