



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



**EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA
DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL
PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
N° 71010 LAMPA, PUNO 2024**

TESIS PRESENTADA POR:
Bach. YASMANY ISIDORO OROZCO BENIQUE

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

**EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA
DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL
PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
N° 71010 LAMPA, PUNO 2024**

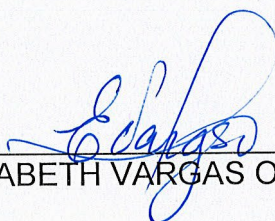
TESIS PRESENTADA POR:

Bach. YASMANY ISIDORO OROZCO BENIQUE

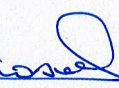
PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
PSICÓLOGO

APROBADA POR EL JURADO REVISOR:

PRESIDENTE

: 
Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE


PRIMER MIEMBRO

: 
M.Sc. MARIA ANTONIETA LOAYZA LOPEZ

SEGUNDO MIEMBRO

:
Dra. SONIA BENITA FERNANDEZ TAPIA

ASESOR DE TESIS

: 
Dra. MARYLUZ CRUZ COLCA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN : SALUD PÚBLICA - P13



UNIVERSIDAD ANDINA "NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ"

RESOLUCIÓN DECANAL N°1346-2024-D-FCS-UANCV

Juliaca, 18 de octubre del 2024

Vistos: El Expediente N° 2024-CU-14174 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 **EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, PUNO 2024**

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) **OROZCO BENIQUE YASMANY ISIDORO** habiéndose designado por sorteo a los siguientes docentes:

- * **PRESIDENTE** : Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE
- * **1er. Miembro** : M.Sc. MARÍA ANTONIETA LOAYZA LÓPEZ
- * **2do. Miembro** : Dra. SONIA BENITA FERNANDEZ TAPIA

- * **Asesor (a)** : Dra. MARYLUZ CRUZ COLCA

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

DIA : **MIÉRCOLES 30 DE OCTUBRE DEL 2024**
HORA : **12:00 HORAS**
LOCAL : **Salón de Grados de la Facultad de Ciencias de la Salud**

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



DISTRIBUCIÓN:
- Jurados (3)
- Interesado (1)
- Asesor de Tesis (1)
- Archivo FCS 2023(1)



RESOLUCIÓN DECANAL N°13114-2024-D-FCS-UANCV

Juliaca, 14 de octubre del 2024

VISTOS: Exp. 2024-CU-14679 presentada por el(la) egresado(a) OROZCO BENIQUE YASMANY ISIDORO quien ha solicitado cambio del segundo miembro de la propuesta de Investigación conducente para optar el título profesional de **PSICÓLOGO**

CONSIDERANDO: Que, en la Resolución Decanal N°215-2024-D-FCS-UANCV, figura el título de la propuesta de investigación titulado: **EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, PUNO 2024** Teniendo como Jurados designados por la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, a los siguientes Docentes

- * **Presidente** : Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE
 - * **1er. Miembro** : M.Sc. MARÍA ANTONIETA LOAYZA LÓPEZ
 - * **2do. Miembro** : Mgtr. IBONE MARIZOL CONDORI RODRIGUEZ
- Asesor** : Dra. MARYLUZ CRUZ COLCA

Que, al haberse cumplido con los requisitos exigidos por el Reglamento de la Unidad de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud, la Unidad de Investigación ha emitido el **Oficio N°412-2024-UI-FCS-UANCV-J** solicitando la emisión de la resolución de cambio del presidente, segundo miembro del jurado por motivos que no cuenta con vínculo laboral con la UANCV; y,

Estando el informe favorable de la Dirección 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 N° 739 y el estatuto de la UANCV, la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.

SE RESUELVE:

PRIMERO: APROBAR EL CAMBIO DEL SEGUNDO MIEMBRO DEL JURADO designados a él (la) egresado (a)) OROZCO BENIQUE YASMANY ISIDORO para la revisión de la propuesta de investigación titulado: **EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, PUNO 2024** para optar al Título Profesional de **PSICÓLOGO** debiendo quedar a partir de fecha, de la siguiente manera:

- * **Presidente** : Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE
 - * **1er. Miembro** : M.Sc. MARÍA ANTONIETA LOAYZA LÓPEZ
 - * **2do. Miembro** : Dra. SONIA BENITA FERNANDEZ TAPIA
- Asesor** : Dra. MARYLUZ CRUZ COLCA

* **SEGUNDO:** Disponer que los miembros del Jurado designados den continuidad al trámite de evaluación y calificación de la propuesta de investigación, borrador de tesis o sustentación de tesis, según sea el caso que se presente en cada expediente. Quedando válido en sus demás disposiciones la Resolución Decanal de aprobación de proyecto de tesis, que se menciona en el considerando.

TERCERO: La Facultad de Ciencias de la Salud, la Unidad de Grados y Títulos, la Dirección de la Escuela Profesional de y la Secretaría Académica de la Facultad, quedan encargados de cumplimiento de la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese, Archívese.



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

DISTRIBUCIÓN
Jurados,
EP, Obstetricia
UI, Interesados, Arch.
EVO/



RESOLUCIÓN DECANAL N° 930 -2024-D-FCS-UANCV

Juliaca, 24 de julio del 2024

VISTOS:

El Informe N° 014-2024-UI-FCS-UANCV-J emitido por la Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, de fecha 22 de julio de la E.P. de PSICOLOGÍA; quien solicita la aprobación del Informe Final Titulado: **EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, PUNO 2024** conducente para optar el título Profesional de **PSICÓLOGO**

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** : M.Sc. MARÍA ANTONIETA LOAYZA LÓPEZ
- * **2do. Miembro** : Mgtr. IBONE MARIZOL CONDORI RODRIGUEZ

- * **Asesor (a)** : Dra. MARYLUZ CRUZ COLCA

Estando la 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:

ARTICULO PRIMERO.- APROBAR, el **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN**, presentado por el (la) egresado(a) **OROZCO BENIQUE YASMANY ISIDORO** para optar el Título Profesional de **PSICÓLOGO** con la Tesis titulado : **EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, PUNO 2024**

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.



Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE
COP 2034
DECANA

**RESOLUCIÓN DECANAL N° 215-2024-D-FCS-UANCV**

Juliaca, 04 de abril del 2024

VISTOS:

El Informe N° 017-2024-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 26 de marzo de la E.P. Psicología, folio 0000013;

CONSIDERANDO:

Que, el (la) egresado(a) **OROZCO BENIQUE YASMANY ISIDORO** ha presentado y solicitado la aprobación de la propuesta de Investigación titulado: **EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, PUNO 2024** correspondiente a la línea de investigación: **PSICOPEDAGOGÍA**;

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. MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATACORA
- * **1er. Miembro** : Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA
- * **2do. Miembro** : Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE
- *

Que, la Directora de la Unidad de Investigación ha emitido la Opinión Técnica N° 069 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:

ARTICULO PRIMERO.- APROBAR, la **PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN**, presentado por el (la) egresado(a) **OROZCO BENIQUE YASMANY ISIDORO**, para optar el Título Profesional de **PSICÓLOGO**: titulado: **EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, PUNO 2024**

El Proyecto 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. SILVIA NATIVIDAD CRUZ COLCA**

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 SALUDDra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE
DECANA

Distribución: Decanato, EP: PSICOLOGÍA, Secretaría Académica, Archivo.



EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON EL DESEMPEÑO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, PUNO 2024

INFORME DE ORIGINALIDAD

24%

INDICE DE SIMILITUD

21%

FUENTES DE INTERNET

7%

PUBLICACIONES

13%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

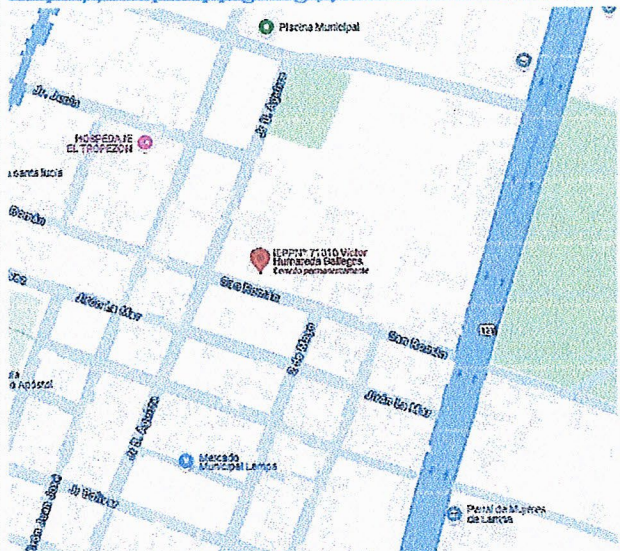
1	Submitted to Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez Trabajo del estudiante	6%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	5%
3	repositorio.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	Edisson Pugo-Mendez, Luis Serpa-Andrade. "WORK IN PROGRESS: Study of student ergonomics in classrooms based on posture monitoring", 2020 IEEE World Conference on Engineering Education (EDUNINE), 2020 Publicación	1%
5	repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	repositorio.uancv.edu.pe Fuente de Internet	1%



Metadatos complementarios - UANCV

TITULO	
EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA Nº 71010 LAMPA, PUNO 2024	
Datos de autor	
Nombres y Apellidos	YASMANY ISIDORO OROZCO BENIQUE
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	72474482
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0003-2333-3502
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	MARYLUZ CRUZ COLCA
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	29590767
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0003-4379-558X
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	MARÍA ANTONIETA LOAYZA LÓPEZ
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	02064784
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	SALUD PÚBLICA - P13
Grupo de investigación	No aplica.
Agencia de financiamiento	Sin financiamiento.
Ubicación geográfica de la investigación	<p>Dirección: INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, PUNO País: Perú Departamento: Puno Provincia: Lampa Distrito: Lampa Coordenadas: Latitud: -15.36413 Longitud: -70.36494 https://maps.app.goo.gl/jFo7nT7rBr8nnYnh6</p> 
Año o rango de años en que se realizó la investigación	Abril 2024 – Octubre 2024
URL de disciplinas OCDE https://concytec-pe.github.io/Peru-CRIS/vocabularios/ocde_ford.html - Librería	<p>Ciencias de la salud https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.00 Psicología https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00 Psicología (incluye terapias de aprendizaje, habla, visual y otras discapacidades físicas y mentales) https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.02</p>



UNIVERSIDAD ANDINA NESTOR CÁCERES VELÁSQUEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Dr. Maria Amparo del Pilar Chambi Catacora
DIRECTORA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN FCS



DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo YASMANY ISIDORO OROZCO BENIQUE, identificado con DNI Nro. 72474482 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:

EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, PUNO 2024

Asesorado por: Dra. MARYLUZ CRUZ COLCA

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.

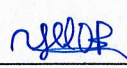
Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

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 12 de Noviembre del 2024



FIRMA (ASESOR)



FIRMA (obligatoria)



Huella



DEDICATORIA

A Dios y a la virgencita por haberme permitido llegar a este importante momento de mi formación profesional. A toda mi familia, en especial a mi madrecita y a mi hermana por su apoyo incondicional, su comprensión y sabios consejos para no desistir en lograr mis objetivos.



AGRADECIMIENTO

A la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez, en especial a mis queridos docentes, por haber aportado a mi formación profesional los valores éticos, morales intelectuales.; así mismo, agradezco a mi asesora de tesis por su gran voluntad en apoyar con cuidadosa orientación al presente trabajo de investigación.



ÍNDICE GENERAL

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

CAPITULO I

ASPECTOS GENERALES

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
1.1.1. Descripción del problema.....	1
1.2. Formulación del problema.....	3
1.2.1. Problema general.....	3
1.3. Problemas específicos.....	3
1.4. JUSTIFICACIÓN.....	4
1.5. OBJETIVOS.....	5
1.5.1. OBJETIVO GENERAL.....	5
1.5.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	5
1.6. HIPÓTESIS.....	6
1.6.1. HIPÓTESIS GENERAL.....	6
1.6.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICOS.....	6
1.7. VARIABLES.....	6
1.7.1. Operacionalización de variables:.....	7



CAPITULO II

MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN 8

2.1.1. A NIVEL INTERNACIONAL 8

2.1.2. A NIVEL NACIONAL: 11

2.2. MARCO TEÓRICO 16

2.3. MARCO CONCEPTUAL 25

CAPITULO III

PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN 27

3.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN 27

3.3. MÉTODO O MÉTODOS APLICADOS A LA INVESTIGACIÓN 27

3.4. POBLACIÓN y MUESTRA 28

3.4.1. Población: 28

3.4.2. MUESTRA 28

3.5. TÉCNICAS, FUENTES E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS 30

INSTRUMENTOS 30

3.6. PLAN DE RECOLECCIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS 31

3.7. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS 31

3.8. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO 32

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS 34

CONCLUSIONES 86

RECOMENDACIONES 88

BIBLIOGRAFÍA 90



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Estrés académico y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	35
Tabla 2.	Disputa académica con compañeros y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	38
Tabla 3.	Extra-recarga de actividades académicas y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	41
Tabla 4.	Carácter complicado del docente, las evaluaciones de los profesores y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	44
Tabla 5.	Problemas con horario de clases y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	47
Tabla 6.	Falta de entendimiento en las áreas académicas y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	50
Tabla 7.	Intervención en el aula y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	53
Tabla 8.	Escaso plazo para el trabajo y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	56
Tabla 9.	Alteración en el sueño y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	59
Tabla 10.	Cansancio y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	62
Tabla 11.	Inquietud y pena y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	65



Tabla 12.	Dificultad en la concentración y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	68
Tabla 13.	Alejarse de los demás y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	65
Tabla 14.	Técnica asertiva y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 71010 lampa,2024.....	74
Tabla 15.	Construir un plan para la resolución de actividades y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	77
Tabla 16.	Investigar para dar soluciones y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	80
Tabla 17.	Nivel de depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	83



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1.	Estrés académico y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	36
Figura 2.	Disputa académica con compañeros y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	39
Figura 3.	Extra-recarga de actividades académicas y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	42
Figura 4.	Carácter complicado del docente, las evaluaciones de los profesores y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	45
Figura 5.	Problemas con horario de clases y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	48
Figura 6.	Falta de entendimiento en las áreas académicas y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	51
Figura 7.	Intervención en el aula y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	54
Figura 8.	Escaso plazo para el trabajo y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	57
Figura 9.	Alteración en el sueño y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	60
Figura 10.	Cansancio y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	63
Figura 11.	Inquietud y pena y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	66
Figura 12.	Dificultad en la concentración y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	69



Figura 13.	Alejarse de los demás y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	72
Figura 14.	Técnica asertiva y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 71010 lampa,2024.....	75
Figura 15.	Construir un plan para la resolución de actividades y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	78
Figura 16.	Investigar para dar soluciones y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	81
Figura 17.	Nivel de depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.....	84



RESUMEN

Objetivo: Determinar el nivel de estrés académico y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024. **Método:** Trabajo de investigación de diseño no experimental, descriptivo, analítico y trasversal, con una muestra de 207 estudiantes.

Resultado: Los componentes del estrés académico que tienen relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, son: 29,09% rara vez tiene disputas con compañeros (ns=0,000), 21,26% nunca tiene recarga extra en actividades académicas (ns=0,000), 21,26% casi siempre el carácter del docente es complicado (ns=0,000), 28,50% rara vez tiene problemas con el horario de clases (ns=0,000), 67,63% nunca tiene falta de entendimiento en áreas académicas (ns=0,000), 31,88% algunas veces interviene en clases (ns=0,000), 65,22% nunca tiene escaso tiempo para el trabajo (ns=0,000), 47,34% rara vez tiene alteración del sueño (ns=0,000), 35,27% rara vez está cansado (ns=0,000), 36,23% rara vez tiene inquietud y pena (ns=0,000), 45,89% nunca tiene dificultad de concentración (ns=0,000), 35,27% rara vez se aleja de los demás (ns=0,000), 26,57% algunas veces usa técnica asertiva (ns=0,000), 24,15% rara vez construye un plan para la resolución de actividades (ns=0,000), 31,40% casi siempre investiga para dar soluciones, 68,12% con síntomas depresivos mínimos, 20,29% no hay presencia de síntomas depresivos, 11,59% tiene síntomas depresivos marcados.

Conclusión: El nivel de estrés académico tiene relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa 2024.

Palabras clave: Estrés académico, depresión, estudiantes, nivel primario.



ABSTRACT

Objective: Determine the level of academic stress and its relationship with depression in primary level students of Educational Institution No. 71010 Lampa, Puno 2024. **Method:** Research work with a non-experimental, descriptive, analytical and transversal design, with a sample of 207 students. **Result:** The components of academic stress that are related to depression in primary level students of Educational Institution No. 71010 Lampa are: 29.09% rarely have disputes with classmates ($ns=0.000$), 21.26% never have extra recharge in academic activities ($ns=0.000$), 21.26% almost always the teacher's character is complicated ($ns=0.000$), 28.50% rarely have problems with the class schedule ($ns=0.000$), 67, 63% never have a lack of understanding in academic areas ($ns=0.000$), 31.88% sometimes intervene in classes ($ns=0.000$), 65.22% never have little time for work ($ns=0.000$), 47. 34% rarely have sleep disturbance ($ns=0.000$), 35.27% are rarely tired ($ns=0.000$), 36.23% rarely have restlessness and sadness ($ns=0.000$), 45.89% never have difficulty concentrating ($ns=0.000$), 35.27% rarely distance themselves from others ($ns=0.000$), 26.57% sometimes use assertive technique ($ns=0.000$), 24.15% rarely build a plan for the resolution of activities ($ns=0.000$), 31.40% almost always investigate to provide solutions, 68.12% with minimal depressive symptoms, 20.29% there is no presence of depressive symptoms, 11.59% have marked depressive symptoms.

Conclusion: The level of academic stress is related to depression in primary school students of Educational Institution No. 71010 Lampa 2024.

Keywords: Academic stress, depression, students, primary level.



INTRODUCCIÓN

Pensamos que los estudiantes no atraviesan problemas de depresión o ansiedad significativos, pero la realidad de la vida práctica los suicidios o los intentos de suicidios nos demuestran que los estudiantes pasan por problemas serios de depresión y estrés de forma permanente, por ello en este estudio se ha analizado los problemas del estado de la salud psicológica de la población escolar con el objetivo de establecer estrategias que permitan identificar oportunamente problemas de estrés y depresión durante la vida escolar, analizando especialmente la prevalencia de depresión en escolares ocasionados por eventos que generan estrés académico y la relación entre depresión y estresores académicos, siendo muchos los factores que conllevan a desencadenar, siendo inclusive el aspecto personal en las mujeres como la apariencia personal, el rechazo por la pareja, situaciones de bullying que pueden afectar la salud mental del escolar, por lo que se desarrolló de la siguiente manera:

CAPÍTULO I: Aspectos generales: planteamiento del problema, descripción del problema, formulación del problema, justificación, objetivos, hipótesis, variables; CAPITULO II: Marco teórico, antecedentes de la investigación, marco conceptual; CAPITULO III: Procedimiento metodológico de la investigación: diseño de la investigación, tipo de investigación, método o métodos aplicados a la investigación, población y muestra, técnicas, fuentes e instrumentos, contrastación de hipótesis, validez y confiabilidad del instrumento; CAPÍTULO IV: Resultados y discusión, conclusiones, recomendaciones; referencias bibliográficas, anexos.



CAPITULO I

ASPECTOS GENERALES

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1.1. Descripción del problema.

A nivel internacional:

Durante los últimos tiempos, la población del mundo se ha visto afectada por diversos cambios en diferentes niveles y clases, que inciden negativamente en el desarrollo profesional, social, familiar, académico, económico y cultural de los individuos. Según la Organización Mundial de la Salud (1), estos efectos se han exacerbado durante la pandemia de COVID-19 de 2020, lo que ha derivado en problemas psicológicos prevaletentes como irritabilidad, estrés, depresión, etc. Estados Unidos un estudio efectuado en el 2020 de 255 estudiantes de Columbia encontró que un alto porcentaje de estudiantes de educación superior experimentaron estrés moderado por las evaluaciones de los maestros, sobrecarga de tareas y estrés académico. Tiempo de trabajo limitado que resulta en síntomas como dolores de cabeza o migrañas, dificultad para concentrarse, sentimientos de depresión, renuencia a hacer el trabajo escolar y comer o reducir los alimentos (conductuales), lo que puede afectar el rendimiento académico. De igual forma, la investigación encontró niveles moderados de estrés académico, los cuales eran predominantemente femeninos. (2)



A nivel nacional:

Madre de Dios del mismo modo, realizaron un estudio en 173 alumnos de la Universidad de Madre de Dios y encontraron que el estrés académico se relaciona significativamente con el género y grupo etario de los estudiantes, por lo que en este estudio se puede encontrar que las características de los estudiantes menores de 26 años de edad. La presión es ligeramente superior. Nuevamente, esto se relacionó significativamente con el año académico que estudiaron. Como resultado, los estudiantes de primero y último año tenían niveles más altos de estrés académico que los estudiantes de segundo, tercero y cuarto año. (3)

Lima otro estudio de 2019 de la Universidad Federico Villarreal en Lima encontró que los alumnos de todas las clases universitarias experimentaron altos niveles de estrés durante su primer y tercer año. La proporción es mayor, se afirma que está claro que estos niveles de estrés están relacionados con la sobrecarga de trabajo y tareas, exámenes de maestros, ensayos, trabajos de investigación, etc. Y diversas actividades solicitadas por los docentes. (4)

A nivel local:

(2019) Puno en el ámbito local se realizó un estudio a 200 estudiantes de la institución educativa independencia nacional, como resultado se halló que los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de dicha institución, experimentaron altos niveles de estrés académico debido a que continuamente estaban sometidos a evaluaciones y a entrega de trabajos. (5)

(2021) San Román otro estudio realizado en 2021 a 65 estudiantes de la institución educativa José Ignacio Miranda INA 91 se encontró que los alumnos de cuarto grado experimentaron niveles de estrés moderado, que en su mayoría



se debían a la falta de información sobre los trabajos encargados y el exceso de tareas y trabajos encargados. Por lo cual se deduce que un factor resaltante es la falta de comunicación y actividades excesivas. (6)

Como se puede apreciar de lo anterior, a pesar del creciente problema del estrés en el ámbito académico, en el Perú, especialmente en nuestra ciudad, no se han realizado muchos estudios sobre el cambio del estrés académico, centrándose en las condiciones, en el sentido de que, si bien los estudios han demostrado, ningún estudio revela el problema del estrés en la educación de nivel primario. Por ello, el objetivo de este trabajo de investigación fue describir el estrés académico de estudiantes del nivel primario de la institución educativa 71010 Lampa, Puno, según algunas condiciones sociodemográficas. (6)

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

PG. ¿Cuál es la relación del estrés académico y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024?

1.3. Problemas específicos

PE1. ¿Cuál es el nivel de estresores académicos y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010?

PE2. ¿Cómo se manifiestan los síntomas del estrés académico en relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010?

PE3. ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento frente a la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010?

PE4. ¿Cuál es el nivel de depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010?



1.4. JUSTIFICACIÓN

JUSTIFICACIÓN TEÓRICA (POR QUÉ)

El valor teórico del estudio es la revisión teórica de las variables de investigación y establecer la relación del estrés académico y la depresión en los estudiantes del nivel primario de la I.E.P 71010 de la provincia de Lampa del departamento de Puno. Analizar esta conexión dentro de un contexto educativo local posibilita obtener conclusiones y resultados que se adapten a las características únicas de la institución y su alumnado.

Otro aspecto igualmente importante es la de ampliar y fortalecer las bases teóricas sobre este tema, ya que se podrán obtener resultados y producir conceptos y puntos de vista que puedan implementarse dentro del ámbito educativo. Y ser utilizado en otros contextos educativos similares.

JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA (PARA QUÉ)

Se aporta una justificación práctica, que pretende ampliar la investigación realizada hasta el momento, con una comprensión sólida y novedosa de estas dos variables determinantes de la calidad; Esta relación se manifiesta en el comportamiento; basado en supuestos teóricos y evidencia empírica. Evidencia que apoya la relación entre las variables bajo estudio.

Esta información también permitirá a los docentes comprender mejor las dificultades que enfrentan algunos estudiantes y estar debidamente capacitados para intervenir en estas situaciones para brindarles el apoyo que necesitan.

JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA (CÓMO)

En base a la valoración metodológica del estudio radica en que los resultados obtenidos como resultado de la adaptación del cuestionario permitirán obtener datos más precisos sobre las variables adecuadas a la población, lo que



promoverá los servicios psicológicos en cada institución educativa, un tipo de campo clínico. Utilizar herramienta para el diagnóstico eficaz de indicadores de síntomas de depresión. Una justificación social basada en su relevancia, porque los problemas de conducta y las dificultades para mantener relaciones adecuadas entre los jóvenes son un problema fundamental de la actualidad; existe la necesidad de encontrar una solución que pueda ayudar a paliar estas dificultades de los estudiantes, problema reconocido por los profesionales de la salud mental.

1.5. OBJETIVOS

1.5.1. OBJETIVO GENERAL

OG. Determinar el nivel de estrés académico y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024.

1.5.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

OE1. Identificar el nivel de estresores académicos y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010.

OE2. Reconocer los síntomas del estrés académico y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010.

OE3. Establecer las estrategias de afrontamiento y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010.

OE4. Identificar el nivel de depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010.



1.6. HIPÓTESIS

1.6.1. HIPÓTESIS GENERAL

H₁. Existe relación significativa entre el estrés académico y la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024.

H₀. NO existe relación significativa entre el estrés académico y la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024.

1.6.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICOS

HE₁. Existe relación significativa entre los estresores académicos y la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010.

HE₂. Existe relación significativa entre los síntomas del estrés académico y la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010.

H₃. Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010.

H₄. Existen diferencias significativas en el nivel de depresión en los estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010.

1.7. VARIABLES

Variable 1: Estrés académico

Variable 2: Depresión en estudiantes



1.7.1. Operacionalización de variables:

Variables	Dimensiones	Indicadores	Escala
Variable 1 Estrés Académico	1.1 Estresores académicos	1.1.1 Disputa académica con compañeros. 1.1.2 Extra recarga de actividades académicas. 1.1.3 Carácter complicado del docente. Las evaluaciones de los profesores. 1.1.4 Problemas con horario de clases 1.1.5 Falta de entendimiento en las áreas académicas. 1.1.6 Intervención en el aula. 1.1.7 Escaso plazo para el trabajo.	<p>N= Nunca/1 R= Rara vez/2 AV= Algunas veces/3 CS= Casi siempre/4 S= Siempre/5</p>
	1.2 Síntomas de estrés	1.2.1 Alteración en el sueño. 1.2.2 Cansancio. 1.2.3 Inquietud y pena. 1.2.4 Dificultad en la concentración. 1.2.5 Alejarse de los demás.	
	1.3 Estrategias de afrontamiento	1.3.1 Técnica asertiva 1.3.2 Construye un plan para la resolución de actividades. 1.3.3 Investiga para dar soluciones.	
Variable 2 Depresión en estudiantes	2.1 Nivel de depresión en estudiantes	No hay presencia de síntomas depresivos Presencia de síntomas depresivo mínimo Presencia de síntomas depresivos marcados	

Nota: elaboración propia



CAPITULO II

MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

1.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

1.1.1. A NIVEL INTERNACIONAL

Blanco (7). Colombia “Estrés académico y salud mental en estudiantes de medicina de la universidad de Santander de Bucaramanga en tiempos de pandemia COVID-19. Bucaramanba Floridablanca; 2021”. Objetivo: analizar el estrés académico relacionado con la salud mental en estudiantes de medicina de la universidad de Santander Bucaramanga. Método: estudio descriptivo, analítico, trasversal. Resultados: Se determinó que el 92% de las personas percibe un impacto negativo en su educación, apenas un 6% se muestra conforme con el aprendizaje a distancia. Se considera que el estrés entre los universitarios es elevado, con una media de 3,5. Los síntomas físicos, el insomnio y la ansiedad son los aspectos más afectados, con valores medios de 3,64 y 3,06, respectivamente. Conclusión: la relación entre ambas variables muestra una asociación positiva y estadísticamente significativa, lo que indica que a mayor estrés académico, mayor es el deterioro de la salud mental.

Montalvo et al (8). Colombia en su estudio acerca del “Estrés académico en los estudiantes del área salud caso en una universidad públicas” 2020. Llegando a la conclusión de las razones del estrés en los estudiantes fueron la evaluación,



la sobrecarga de tareas académicas y los compromisos educativos a corto plazo. La gran parte de los alumnos (50,8%) considera que la religión es una manera de afrontar situaciones estresantes. Del mismo modo, dependen de defender sus pensamientos y sentimientos y hacer horarios de trabajo para cumplir con sus responsabilidades académicas. (8)

Cobiellas et al (9). Cuba desarrollaron la tesis titulada “Estrés académico y depresión mental en estudiantes de primer año de medicina; 2019”, en La Habana, Cuba. La finalidad del estudio fue analizar el nivel de estrés académico y la depresión psicológica en los estudiantes que cursan el primer año de medicina. Se empleó una metodología transversal en una población compuesta por 732 estudiantes de primer año de medicina. Se contó con la participación de 246 estudiantes, seleccionados mediante muestreo aleatorio simple y a través de una encuesta electrónica. Los resultados revelan que el 75,73% de los estudiantes están en el rango de edad de 18 a 19 años, con 153 de ellos siendo mujeres. El 63,11% de los estudiantes presenta niveles de estrés excesivo, el 56,8% tiene estrés patológico, el 54,85% sufre de depresión moderada, y el 57,69% experimenta tanto estrés excesivo como depresión moderada. La conclusión principal fue que el nivel de estrés académico y la depresión estaban íntimamente vinculados con su manifestación externa.

Trunce et al (10). México en la investigación “Niveles de Depresión, Ansiedad, Estrés y su Relación con el Rendimiento Académico en Estudiantes Universitarios” Universidad Nacional Autónoma de México; 2020. El estudio tuvo como fin identificar las condiciones sociales y académicas que afectan la salud mental de los estudiantes, y evaluar el estrés y la depresión que experimentan los estudiantes; con educación superior en salud se compararon los niveles de ansiedad con un grupo de rendimiento académico. La metodología fue un diseño



descriptivo, exploratorio, no empírico, cuantitativo y transversal. La población y muestra fue de 186 estudiantes de facultades de medicina de universidades públicas del sur de Chile. Los resultados que se ha determinado con un rango de confianza del 95% y un error aceptable del 5%, se utilizó la escala DASS-21, basada en un formato de escala Likert, para evaluar la prevalencia de depresión, ansiedad y estrés en 186 estudiantes estudiados. El 29% tenía un trastorno relacionado con la depresión, el 53,2% tenía un trastorno relacionado con la ansiedad y el 47,8% tenía un trastorno relacionado con el estrés. La conclusión fue que la mayoría tiene un trastorno relacionado a la ansiedad, y en un segundo lugar está el trastorno relacionado al estrés.

Muñoz et al (11). Colombia en la tesis "Relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes de octavo semestre que se encuentran desarrollando trabajo de grado y prácticas profesionales en una institución de educación superior del Valle de Aburrá", del Tecnológico de Antioquia, en Medellín, Colombia; 2020. El estudio buscó determinar la correlación entre la ansiedad de los estudiantes y el nivel de estrés académico que experimentan. El estudio utilizó una metodología descriptiva, correlacional y transversal, aplicándose a una muestra de 110 estudiantes de psicología de octavo semestre. Para la recolección de datos se emplearon el Inventario de Ansiedad de Beck y la Escala de Estrés Académico SISCO. Los resultados demostraron que los alumnos que tenían menos espacio y tenían intereses diferentes a los del campus principal también tenían más síntomas de ansiedad que los de los otros campus. Se concluyó donde se estableció que la ansiedad y el estrés académico están relacionados en los estudiantes que buscan una carrera, así como en la cantidad de colocaciones en preescolar.



1.1.2. A NIVEL NACIONAL:

Alania, Quinteros y Corrales (12). Lima en su estudio acerca de la "Estrategias de afrontamiento acerca del estrés académico en la población de los estudiantes de la académica preuniversitaria de la ciudad de Lima Metropolitana Heredia UPC, Lima; 2019". Como muestran las observaciones, las estrategias de afrontamiento orientadas al problema se utilizan mayoritariamente para hacer frente a la presión académica, lo que supone un 76,37 %, según dimensión: el afrontamiento activo (centrarse en los problemas) se utiliza más en un 70 % de los casos. 55,46% revisión activa el 30% del tiempo (centrándose en los sentimientos) y autodistracción (centrándose en evitar problemas). El enfoque de afrontamiento más común centrándose en el problema, considerándose exitoso porque ayuda a los estudiantes a reconocer sus propias habilidades y destrezas para resolver problemas.

Córdova (13). Lima en su estudio acerca de los "Estilos de vida afrontamiento al estrés en los estudiantes caso de la universidad pública de la región lima metropolitana Lima; 2021". Se concluyó que, considerando las variables de estudio, los estudiantes presentaron mayores niveles de manejo del estrés, sin diferencias significativas entre sexo y edad, y por tanto una muestra con características homogéneas.

Palomino (14). Ayacucho en su tesis "Estrés académico y depresión en estudiantes universitarios de Psicología de una Universidad Privada, Huamanga 2021", en Ayacucho. El propósito del estudio fue identificar la asociación entre el estrés académico y la depresión. Se llevó a cabo un análisis cuantitativo, correlacional, descriptivo y basado en un enfoque hipotético-deductivo. La muestra incluyó a 196 estudiantes de psicología. Los datos fueron recolectados



utilizando el Cuestionario de Evaluación del Estrés Académico (CEEA) y el Inventario de Depresión de Beck II (BDI-II), encontrando una correlación entre las variables investigadas.

Espinoza (15). Lima elaboró un trabajo de investigación “Estrés y depresión en el entorno académico - social en pandemia COVID-19 en estudiantes de odontología durante el 2020” de la Universidad Científica del Sur, Lima. El estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre el estrés y la depresión en el entorno socioacadémico de los estudiantes de odontología de la Universidad de Ciencia y Tecnología del Sur durante la pandemia de COVID-19. La metodología empleada fue descriptiva, observacional, transversal y prospectiva. La muestra estuvo compuesta por 108 estudiantes que cursaban del sexto al décimo ciclo del programa de odontología en dicha universidad. Los resultados indicaron que el total de los participantes experimentó tanto estrés académico como depresión, con una mayor incidencia en los estudiantes del sexto ciclo y en el grupo etario de 19 a 22 años. Se encontró que el valor p para la asociación entre estrés académico y depresión fue menor a 0,001. Se concluye que existe una diferencia estadísticamente significativa entre el estrés académico y la depresión en los estudiantes de odontología del sexto al décimo ciclo de la Universidad de Ciencia y Tecnología del Sur.

Castañeda (16). Tacna en su estudio “Depresión, ansiedad y estrés en tiempos de pandemia, en los estudiantes de la Universidad Privada de Tacna; 2020. El propósito fue evaluar el nivel de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios de instituciones privadas de Tacna durante la pandemia de 2020. La metodología de investigación utilizó métodos cuantitativos, descriptivos, no experimentales y transaccionales. La muestra



consistió en 369 estudiantes de una universidad privada en Tacna, seleccionados mediante un muestreo probabilístico estratificado intencional. Los resultados revelaron que, en la dimensión de depresión, el 35,23% de los participantes estaba en un nivel normal, el 18,43% en un nivel moderado, el 29,54% en un nivel grave, el 9,49% en un nivel severo y el 7,32% en un nivel extremadamente severo. En cuanto a la dimensión ansiedad, el 28,46% se encuentra en nivel normal, el 19,51% es moderada, el 18,43% es moderada, el 13,55% es grave y el 20,05% es muy grave. En cuanto a la dimensión estrés, el 43,63% fueron normales, el 24,39% moderados, el 19,24% moderados, el 8,94% severos y el 3,79% extremadamente severos. Finalmente, se encontraron correlaciones significativas entre las tres variables. La conclusión es que los estudiantes de las universidades privadas de Tacna sufrieron depresión severa, ansiedad y estrés durante la pandemia.

1.1.3. A NIVEL REGIONAL

Cruz (17). Puno en su estudio acerca de los “factores relacionados al nivel del estrés académico en la población de los estudiantes, Puno; 2020”. Al realizar una regresión lineal múltiple para identificar los determinantes del estrés académico en el estudio, se concluyó que únicamente mantener un estilo de vida saludable puede influir en la predicción del nivel de estrés académico. Los estudiantes que mantienen un estilo de vida saludable tienden a experimentar niveles mínimos de estrés académico.

Arredondo KM y Ocoruro EK. (2020) Puno en su estudio acerca de la “Capacidades de afrontamiento y el nivel de estrés académico en los estudiantes de la facultad de la especialidad de enfermería; Puno; 2020”. Se obtuvo como hallazgo que un 54,5% de los estudiantes se encontraba en un estado de estrés



moderado. Por la manera en que lidiaron con las situaciones estresantes, más del 75% de los estudiantes se concentró directamente en el problema, y una gran cantidad de estudiantes buscaba soluciones al problema. Evita la situación por lo que no se desarrollan las habilidades de afrontamiento.

Perlacios (19). Puno en su investigación "Factores Asociados al Estrés Académico en Estudiantes Universitarios; Puno; 2020". El objetivo del estudio fue establecer las relaciones entre la inteligencia emocional, el manejo del estrés, los estilos de vida saludables y el estrés académico. Se empleó un diseño correlacional, no experimental y transversal. La muestra estuvo compuesta por 299 estudiantes universitarios de diferentes géneros. Se emplearon el cuestionario de inteligencia emocional, el cuestionario de afrontamiento del estrés (COPE), el cuestionario de perfil de estilo de vida (PEPSI) y la escala de estrés académico (SISCO). Los resultados revelaron una correlación negativa entre un estilo de vida saludable y el estrés académico, con $r = -0,730$ y $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Se concluye que donde se indica que los estudiantes tienen un estilo de vida saludable bajo o insuficiente.

Lazo (20). Puno realizó el "Nivel de ansiedad y depresión asociado al confinamiento social por COVID 19 en adolescentes del 4to año de secundaria del colegio Nuestra Señora de Fátima; Puno; 2020". Realizado en la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. El objetivo buscó describir el impacto de las restricciones sociales por el COVID-19 en los niveles de ansiedad y depresión de los estudiantes de cuarto grado de secundaria del Colegio Nuestra Señora de Fátima. La metodología aplicada fue de tipo observacional y prospectivo. La muestra consistió en 70 estudiantes de secundaria del colegio mencionado, quienes respondieron una encuesta virtual para la recolección de datos



sociodemográficos, utilizando el Inventario de Depresión de Goldberg. Los resultados muestran que la característica sociodemográfica predominante es una edad de 15 años, la convivencia con los padres, la dependencia financiera de ambos padres y la educación superior tanto del padre como de la madre. El 78,6% de los estudiantes presenta ansiedad y el 84,3% de los estudiantes presenta depresión. Se concluye, que se encontró una correlación significativa con el impacto emocional del aislamiento social y el desarrollo de ansiedad ($p = 0,348$) y depresión ($p = 0,353$).

Maquera (21) Puno desarrolló su tesis "Depresión y estrés académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno - 2019", de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, en Puno; 2019. El objetivo del estudio fue identificar la relación entre la depresión y el estrés académico. La investigación usó una metodología correlacional con diseños no experimentales y transversales. La muestra consistió en 70 estudiantes, y se llevó a cabo un análisis bivariado. Para evaluar el estrés académico, se aplicó el test SISCO. Los resultados revelaron que los niveles de depresión fueron los siguientes: 57,4% normal, 25,9% leve, 14,8% moderado y 1,9% grave. El análisis del estrés académico reveló que el 81,5% de los participantes tenía un nivel moderado, el 13,0% un nivel leve y el 5,5% un nivel severo. El 57,4% presenta depresión normal, el 25,9% es leve, el 14,8% es moderada y el 1,9% es grave. Se concluye final es que en la prueba X² (el valor es 30.702, el valor de probabilidad es $p = 0.000$



1.2. MARCO TEÓRICO

1.2.1. ESTRÉS ACADÉMICO

El estrés académico se ha definido como un proceso sistémico, fundamentalmente psicológico y adaptativo, ante distintas situaciones que se dan en tres momentos diferentes: primero: los estudiantes se enfrentan a diferentes demandas derivadas de su entorno, siendo evaluados tanto por ellos mismos como por quienes lo son. Considerados estresores, en segundo lugar. Estos estresores provocan desequilibrios sistémicos (situaciones de estrés) que se manifiestan en una serie de síntomas (indicadores de desequilibrio). Tercero: este indicador de desequilibrio permite a los estudiantes tomar contramedidas para reequilibrar el sistema. (22)

Otros autores definen el estrés académico como una respuesta normal a las demandas y demandas de educación superior que activa y moviliza para afrontar con eficacia y alcanzar metas y tareas, pudiendo entenderse también como una situación de estrés físico y emocional relacionado con las demandas de educación superior. Academia (21). al mismo tiempo. Los autores notaron que las percepciones de los estudiantes sobre su capacidad para completar con éxito los requisitos académicos pueden generar pensamientos, emociones negativas y sensaciones físicas; tales como sueño, dolores de cabeza, ansiedad, dificultades de concentración, confusión y problemas de ajuste y más aún cuando las exigencias académicas del estudiante se incrementan y por la naturaleza de su formación y disciplinas afines, el estrés es un desencadenante importante que no se encuentra durante la docencia. No existe una preparación óptima para condiciones adversas durante una pandemia.



A diferencia otros autores, afirmaron que el estrés académico describe los procesos cognitivos y emocionales que los estudiantes perciben a partir de los efectos de los estresores académicos. (22)

1.2.2. ESTRESORES ACADÉMICOS

1.2.2.1. Disputa académica con compañeros

Las disputas académicas con los compañeros se definen como “desacuerdos, incompatibilidad aparente o actitudes hostiles entre dos o más partes” siendo un factor inherente en las relaciones humanas, y en el ámbito escolar. Porque las disputas entre compañeros no es un problema nuevo, pero si una situación desatendida que muchas veces termina siendo un factor estresante más. (23)

1.2.2.2. Extra-recarga de actividades académicas

La extra-recarga es comprendida como un estresor que provoca un estado psicológico en los estudiantes, el cual se caracteriza específicamente por una constante preocupación del estudiante por entregar y resolver una gran colección de problemas y tareas asignadas por el educando, y en el que los estudiantes a menudo se quejan de no soportar la longitud o complejidad de estos problemas o tareas ya que tienen otras materias de naturaleza similar que deben completar. (24)

1.2.2.3. Carácter complicado del docente. Las evaluaciones de los profesores

La complejidad docente se refiere al rol del docente. Donde la complejidad proviene de que es un agente que dirige, dirige y dirige; la relación de los estudiantes con el acervo cultural compartido en las organizaciones culturales en el proceso de aprendizaje, permitiéndoles a ellos, los estudiantes, construir



su propio conocimiento, porque como variable social está en constante cambio para que él sea consciente de la situación que se le presenta, es decir para las evaluaciones de competencias realizadas por los inspectores como estrategia de motivación. (25)

1.2.2.4. Problemas con horarios de clases

Desde una perspectiva neurológica, se comprende que la planificación del horario escolar es crucial para el desarrollo cerebral de los estudiantes. El cerebro de un niño o adolescente está en constante proceso de desarrollo y requiere períodos de descanso y actividad física para funcionar de manera óptima es por eso que una adecuada planificación de su horario escolar le será de suma importancia. Los problemas con los horarios en clases pueden afectar negativamente su desarrollo académico y aumentar su estrés, y terminar siendo otro estresor más en la vida del escolar. Esto también puede afectar áreas del cerebro relacionadas con el aprendizaje y la memoria, como el hipocampo y la corteza prefrontal. (26)

1.2.2.5. Falta de entendimiento en las áreas académicas.

En el panorama educativo actual, una preocupación apremiante de suma importancia es la deficiencia en la comprensión de las materias académicas, ya que tiene un impacto negativo en la realización de las actividades académicas. Este problema está relacionado con varios factores que afectan la enseñanza ya sea la pasividad o indiferencia de la percepción del estudiante sobre el proceso de aprendizaje, o sus encuentros con la incertidumbre y el desafío, lo que, combinado con la falta de apoyo de los padres, lo hace no estar dispuesto a participar en actividades educativas y no lograr comprensión en las áreas académicas que se le enseñan (27)



1.2.2.6. Intervención en el aula.

Basado en un enfoque educativo basado en competencias, la participación en clase es una parte valiosa del proceso de aprendizaje del escolar. José Ramon Gamo considera la intervención o participación es la forma más fundamental para que los niños interactúen con quienes los rodean. Sin embargo, la baja o nula participación deja a los escolares en un estado emocional negativo y tenso, que se manifiesta como un estresor adicional a la hora de intervenir en clases. (28)

1.2.2.7. Escaso plazo para el trabajo.

La asignación de tareas escolares se considera una forma de fortalecer el aprendizaje y la responsabilidad del estudiante en términos didácticos. Por otro lado, los escolares creen que no cuentan con el tiempo necesario y esto provoca un estado psicológico de inquietud para realizar el trabajo académico que se les asigna. Por lo tanto, el poco tiempo para completar una tarea es otro factor estresante más. (29)

1.2.3. SÍNTOMAS DE ESTRÉS

1.2.3.1. Alteración en el sueño

El sueño es una función biológica, reversible y determinada por los ciclos circadianos y de suma importancia para disminuir los sentimientos de ansiedad y estrés en escolares. Los aspectos disociativos de la memoria también son influenciados por el sistema glutamatérgico cuando se alteran los receptores de este sistema se sufre una alteración de las horas de sueño, en el escolar, provocando así una disminución de su atención, memoria, función de aprendizaje, función ejecutiva, etc. (30)



1.2.3.2. Cansancio o fatiga

El cansancio o fatiga es producto del estrés de las actividades, es un proceso gradual que tiene un inicio con síntomas leves como cansancio o fatiga y disminuye a medida que se vuelve más severo con el tiempo. (31)

1.2.3.3. Inquietud y pena

Los estudiantes que son frecuentemente castigados, culpados, ridiculizados o apenados desfavorablemente frente a otros estudiantes, tendrán un cambio drástico en su comportamiento. Dollard sugiere que los estudiantes que luchan con este problema actúen con indiferencia en el aula, como si nada realmente les importara parecen preferir estar solos no ser expuestos ni obligados a situaciones estresantes, ya que les causara sentimientos de inquietud y temor. (32)

1.2.3.4. Dificultad en la concentración

Es el producto de la dificultad para concentrarse, cansancio físico y mental, sentimientos de inutilidad, las modificaciones en los patrones de sueño o alimentación, dolor persistente, pérdida de interés en ciertas actividades o pasatiempos previamente involucrados y sentimientos de tendencias suicidas, recuerde que todo lo anterior puede estar relacionado con la situación social del estudiante, situación profesional, económica o familiar. (33)

1.2.3.5. Alejarse de los demás

Las personas tienden a no experimentar los efectos del estrés y a mantenerse alejadas de otras personas. También muestran su angustia a través de comportamientos agresivos y nerviosismo. Después de todo, se muerden las uñas. Para lograr la paz, intentan fumar y beber alcohol. (34)



1.2.4. ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

1.2.4.1. Técnica asertiva

Las técnicas asertivas son recursos psicológicos que los estudiantes pueden utilizar para afrontar situaciones estresantes, es decir, los estudiantes no atacan ni someten a los demás, sino que expresan y apoyan sus creencias. La asertividad es un tipo de comunicación vinculada a la autoestima y puede ser adquirida a través de un proceso completo de desarrollo emocional y de la conducta comunicativa que protege.

Según Gaeta y Galbanovskis, consideran el siguiente enfoque como básico en las técnicas asertivas: Enseñar la distinción entre asertividad y agresión ayuda a las personas a reconocer y respetar tanto sus derechos como los de los demás, además de reducir las barreras cognitivas y emocionales para actuar de forma asertiva y adecuada. Al utilizar este método, reducirá los pensamientos irracionales, el miedo y la culpa, y desarrollará habilidades de asertividad. (34)

1.2.4.2. Construir un plan para la resolución de actividades

Procedimientos, métodos y técnicas utilizadas en la enseñanza y almacenamiento de información, así como la resolución de actividades relacionadas con las actitudes y comportamientos reflejados en las actividades académicas de los estudiantes en casa, en tercer lugar, preparación para el examen, que significa planificación; tiempo, información, investigación y recursos necesarios; el cuarto es la forma en que los estudiantes escuchan las conferencias, las formas de identificar si hay un trastorno, y el último quinto es el aprendizaje de la camaradería, que son los factores externos involucrados en el proceso de aprendizaje, incluidos amigos y familiares. Dichos factores son de



importancia y todo estudiante debe considerarlos al preparar sus métodos y técnicas de estudio. (35)

1.2.4.3. Investigar para dar soluciones

Requiere un proceso de enseñanza y práctica, los profesores enseñarán a los educandos en el transcurso del aprendizaje y en su desarrollo personal, por el conocimiento y su significado, utilizando información útil con finalidad de poder encontrar el momento más adecuado para estudiar. Desarrollar planes de estudio y usar el tiempo libre para combinarlos, promover la lectura como método educativo, incentivar la curiosidad científica y el interrogante continuo, y motivar a los estudiantes a hacer preguntas para respaldar sus respuestas con argumentos sólidos. En la formación de hábitos de estudio intervienen tres tipos de factores: factores psicológicos, factores instrumentales y factores ambientales. (36)

LA DEPRESIÓN

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), en relación a la depresión manifiesta que es un trastorno mental común que se manifiesta como una tristeza prolongada y una falta de interés en alcanzar metas tanto a corto como a largo plazo. (37)

De acuerdo con el CIE 11 (2017), la depresión se distingue por una alteración en el estado de ánimo o las emociones, que frecuentemente se relaciona con una modificación en el nivel general de actividad, un estado de ánimo deprimido, con niveles bajos de energía y actividad. Se experimenta una pérdida de placer, interés y concentración, y el menor esfuerzo puede resultar en una gran fatiga. Un sueño a menudo se ve alterado, y el apetito disminuye. La autoestima y la autoconfianza suelen disminuir, y frecuentemente salen a la



luz sentimientos de culpa e inutilidad, incluso en sus formas menos intensas. Un estado de ánimo deprimido cambia mínimamente día a día, es desproporcionado frente a la situación y puede estar acompañado de manifestaciones físicas y somáticas.

De acuerdo a lo manifestado el DSM-5 (2014), la depresión se considera un trastorno caracterizado por una tristeza intensa o prolongada que interfiere con el funcionamiento diario. Aunque la causa precisa no se conoce, puede estar vinculada a factores genéticos, desequilibrios en neurotransmisores, alteraciones en la función neuroendocrina y aspectos psicosociales.

Desde otro punto de vista, la depresión se define como un trastorno emocional caracterizado por una profunda tristeza, en la que la persona nota que la mayoría de las actividades diarias presentan una notable disminución en energía e interés. Esto restringe su desempeño en comparación con períodos anteriores y se acompaña de un pesimismo considerable que no concuerda con la personalidad habitual del individuo. (38)

TIPOS DE DEPRESIÓN

De acuerdo con la OMS, la clasificación de los episodios depresivos puede ser leve, moderada o grave, basada en la extensión y la intensidad de los síntomas. (39)

El trastorno depresivo grave: Del mismo modo conocida como depresión mayor, este trastorno presenta una serie de síntomas que afectan aspectos fundamentales de la vida diaria, incluyendo aspectos como el sueño, los estudios, la alimentación y la habilidad para disfrutar de actividades que previamente eran agradables. La depresión intensa puede limitar severamente a la persona y afectar su capacidad para funcionar con normalidad. Aunque un



episodio grave puede suceder solo una vez en la vida, es común que estos episodios se repitan a lo largo de la existencia de la persona.

Depresión psicótica: Ocurre cuando la depresión severa se combina con algún tipo de psicosis, como alteraciones de la realidad, delirios o alucinaciones.

Depresión posparto: La depresión posparto se diagnostica cuando una mujer atraviesa un episodio depresivo severo dentro del primer mes tras el parto. Aproximadamente entre el 10% y el 15% de las mujeres padecen de esta condición.

Trastorno depresivo recurrente: Se caracteriza por depresión recurrente, falta de interés y placer, y una disminución en la energía, lo que resulta en una reducción de las actividades durante aproximadamente dos semanas. La depresión también puede ir acompañada de ansiedad, alteraciones en el sueño y la alimentación, problemas de autoestima, dificultades en la atención y síntomas sin una causa médica clara.

Trastorno afectivo bipolar: Esta clase de depresión a menudo incluye episodios de manía y depresión, con períodos en los que el estado de ánimo parece ser normal. Los estados maníacos se manifiestan con un ánimo exaltado, hiperactividad, una autoestima excesiva y una menor necesidad de descanso
(40)

SÍNTOMAS DE LA DEPRESIÓN

De acuerdo con el MINSA, aunque es posible que la depresión se presente solo una vez en la vida, lo común es que las personas experimenten varios episodios de depresión. A lo largo de estos episodios los síntomas están presentes casi todos los días, y gran parte de ellos pueden ser:



- Un ánimo deprimido o una sensación de tensión, que puede manifestarse como ansiedad o nerviosismo.
- Estados de desesperanza y pesimismo, con una sensación de culpa, inutilidad y abandono.
- Falta de entusiasmo o satisfacción en actividades recreativas, incluyendo la actividad sexual.

Niveles de depresión infantil

El nivel leve, es un rasgo distintivo principal es la pérdida de interés, el agotamiento y la incapacidad para disfrutar de actividades que antes proporcionaban placer., aunque esto no impide que la persona continúe con sus actividades habituales.

El nivel moderado se caracteriza por la falta de interés y sentimientos de inferioridad, así como por una tendencia a menospreciar sus propias habilidades y logros, lo que disminuye la atención en sus actividades, aunque no la elimina por completo

El nivel severo se manifiesta a través de todos los síntomas mencionados anteriormente, abarcando tanto la falta de interés como el descontento. Además de los problemas ya mencionados, experimenta trastornos del sueño marcados y un incremento de la ansiedad, tiene la tendencia a evitar actividades de forma automática, se autolesiona y es vulnerable a pensamientos suicidas. (41)

1.3. MARCO CONCEPTUAL

Bienestar: Aunque el bienestar pueda parecer similar a la salud, no lo es, pero van de la mano. Se refiere al conjunto de cosas necesarias para una buena vida. (42)



Estrés: es una reacción inespecífica del organismo ante cualquier necesidad externa o interna de un individuo, pudiendo haber signos de reacción en el ámbito físico o emocional (43). Por su parte, se ha definido el estrés como un conjunto de respuestas físicas y psicológicas que experimenta un sujeto cuando se expone a las demandas ambientales. (44)

Estrés académico: El estrés se clasifica según su origen, en este caso el estrés que se inicia en el ambiente escolar y luego el estrés experimentado durante el ciclo académico, independientemente de la clase o nivel de educación que se esté cursando, la definición también incluye el estrés experimentado en tiempo personal días de estudio. (45)

Manifestaciones fisiológicas del estrés: Selye reconoce ciertos cambios en el cuerpo que ocurren debido al estrés, además de tres fases: preparación, mantenimiento y el tercer agotamiento. En la primera fase, la agudeza de las sensaciones y el aumento de la frecuencia cardíaca y del tono muscular conducen a un estado de hiperactivación; en la segunda fase, se mantienen los cambios ante cambios emocionales provocados por eventos estresantes; y en el tercer caso, la activación se reduce bruscamente para evitar el colapso del organismo. (46)

Manifestaciones Mentales del Estrés: El estrés es esencialmente una acción adaptativa del organismo responsable de promover respuestas adecuadas a eventos, cambios y situaciones inesperados. Estos cambios no son necesariamente negativos y pueden ser positivos o apetitivos. (46)



CAPITULO III

PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

Se clasifica como un diseño de investigación no experimental debido a la ausencia de manipulación de las variables estudiadas. (46)

3.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN

El presente trabajo de investigación es de tipo básico-relacional, transversal, las variables serán descritas en su contexto real y busca establecer una relación entre las variables, la población de estudio es semejante en muchos aspectos, además serán relacionadas entre las variables y estas tomadas de los datos en un solo momento. (46)

3.3. MÉTODO O MÉTODOS APLICADOS A LA INVESTIGACIÓN.

El método es deductivo con enfoque cuantitativo.

El trabajo de investigación actual se encuentra en un enfoque cuantitativo porque la recopilación de datos se basa en mediciones numéricas y análisis estadísticos no experimentales para probar las variables, por lo que las variables no se manipulan deliberadamente, sino que se respaldan en observaciones fácticas. (47)

3.4. POBLACIÓN y MUESTRA.

3.4.1. Población:

La población estuvo conformada por la cantidad de alumnos matriculados del nivel primario, que son 450 alumnos matriculados para el 2024.

3.4.2. MUESTRA

La muestra del trabajo investigativo se realizó según la siguiente formula de muestreo:

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

N =	Tamaño de la población	450
Z =	Es una constante que depende del nivel de confianza que asignemos	1.96
e =	Es el error muestral deseado, en tanto por ciento.	0.05
σ =	Desviación estándar de la población	0.5
n =	Tamaño de la muestra (número de encuestas que vamos a hacer)	207

$$n = \frac{450 \times 0.5^2 \times 1.96^2}{0.05^2 \times 449 + 0.5^2 \times 1.96^2}$$

$$n = \frac{450 \times 0.25 \times 3.842}{0.0025 \times 449 + 0.25 \times 3.842}$$



$$n = \frac{432.18}{1.1225 + 0.9604}$$

$$n = \frac{432.18}{2.0829}$$

$$n = 207.4896$$

n=	207
----	------------

primer grado	34
Segundo grado	34
tercer grado	34
cuarto grado	35
quinto grado	35
sexto grado	35
TOTAL	207

Criterio de inclusión

- Estudiantes de ambos sexos de la Institución Educativa N° 71010 Lampa
- Estudiantes de la Institución Educativa N° 71010 Lampa
- Alumnos cuya edad oscila entre los 7 y 14 años.

Criterio de exclusión

- Alumnos que opten por no participar.
- Alumnos que no realicen una de las dos evaluaciones.
- Alumnos que no se encuentren dentro del intervalo de edad de 7 a 14 años.



El estudio se desarrolló en la ciudad de Lampa en la institución educativa N° 71010, y se ejecutara una vez aprobado el proyecto de investigación, en los 90 días subsiguientes a la aprobación del proyecto.

3.5. TÉCNICAS, FUENTES E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS.

TÉCNICAS:

Variable 1: Encuesta

Variable 2: Encuesta.

INSTRUMENTOS

Variable 1: Cuestionario de estrés académico SISCO SV.

FICHA TECNICA

El Inventario de Estrés Académico SISCO SV, el autor Arturo Barraza Macías, 2018, evalúa el grado de estrés académico que tienen los estudiantes el cual consta de 47 ítems, teniendo una administración grupal y/o colectiva de 10 a 15 minutos de duración aproximadamente. Ámbito de aplicación niños y adolescentes. Se divide en tres dimensiones: Estresores, Síntomas y Estrategias de Afrontamiento. La unidad de medida es un puntaje politómico (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre, siempre) y dicotómico para el primer ítem (sí y no). La escala de puntuación es ordinal, con valores de 0, 1, 2 y 3. Para la adaptación del instrumento, se agregó dos ítems a la dimensión "estrategia de afrontamiento del estrés (Jugar videojuegos y Navegar en internet), ya que esos hábitos se han incrementado durante el estado de confinamiento obligatorio, a su vez se hizo la adaptación del lenguaje de algunos ítems con respecto al contexto cultural de la muestra

Variable 2: Cuestionario de Depresión Infantil C.D.I



FICHA TECNICA

El Inventario de Children's Depression Inventory C.D.I (Inventario de Depresión Infantil C.D.I), desarrollado por Maria Kovacs ,1977, evalúa la sintomatología depresiva en los niños y adolescentes, el cual consta de 27 ítems, teniendo una administración individual y colectiva de 15 a 20 minutos de duración aproximadamente. Ámbito de aplicación niños y adolescentes. Las normas de calificación para la prueba se establecen a partir de las puntuaciones directas obtenidas en cada dimensión, con las siguientes asignaciones: Marca la letra A se puntúa con 0; Marca la letra B con 1 punto; Marca la letra C con 2 puntos.

3.6. PLAN DE RECOLECCIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS.

Se inició el proceso con la creación de una carta de presentación dirigida al director de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, con la aprobación del consentimiento informado presentada al director de la Institución Educativa, se procederá a la aplicación de los instrumentos.

En lo que respecta a las técnicas de procesamiento y análisis de datos, se utilizó el paquete estadístico IBM SPSS Versión 25 para establecer los procesamientos estadísticos.

3.7. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS

La totalidad de los datos recolectados fue almacenada en una base de datos, empleando el paquete estadístico SPSS v.25.0:

- a) Se hizo uso de empleo de estadísticas descriptivas para consolidar y organizar los datos cualitativos, expresándolos en frecuencias absolutas y relativas (porcentajes).
- b) Se hizo uso de la prueba estadística del chi cuadrado:



$$\chi_c^2 = \sum \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$$

3.8. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO.

Validación.

Mediante el juicio de expertos, serán 03 profesionales los que apoyen en la validación de los instrumentos para su aplicación respectiva.

El instrumento SISCO SV para medir el Estrés Académico fue validado por 20 expertos en áreas como psicología, educación, investigación y estadística. Los resultados de la adaptación del inventario al contexto de la crisis actual revelan una validez de contenido tanto genérica como específica, según el coeficiente de concordancia V de Aiken, con índices superiores a 0.75. En la evaluación del instrumento, se obtuvieron coeficientes de correlación r de Pearson corregidos mayores a 0.2.

El instrumento Children's Depression Inventory C.D.I el test fue creado y validado por María Kovacs (1977) con el propósito de desarrollar un cuestionario de autoinforme para reconocer síntomas depresivos en niños de entre 7 y 17 años, en alumnos de colegios públicos de Florida, Estados Unidos.

Confiabilidad.

La confiabilidad es del 95% de certeza y 5% de margen de error.

Se operó con un intervalo de confianza del 95%, y se determinó que un valor de $p < 0.05$ era significativo

Para una mejor comprensión y análisis estadístico, los resultados se organizaron en tablas simples y de doble entrada.



El Inventario de Estrés Académico SISCO SV demostró una excelente confiabilidad, con un coeficiente alfa de Cronbach de 0.9248 en la dimensión de estresores, 0.9518 en la dimensión de síntomas y 0.8837 en la dimensión de estrategias de afrontamiento.

El instrumento Children's Depression Inventory (C.D.I) obtuvo un alfa de Cronbach de 0.785, lo cual refleja un nivel de confiabilidad aceptable de los ítems para medir los síntomas de depresión infantil en la población estudiada.



CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS

El objetivo general propuesto fue: Determinar el nivel de estrés académico y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024.

Existe relación significativa entre el estrés académico y la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024, todos los indicadores han sido significativos a la comprobación de hipótesis $p < 0,05$, con lo que se acepta la hipótesis planteada.



TABLA 01.- ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.

Estrés académico	Nivel de depresión en estudiantes							
	No hay presencia de síntomas depresivos		Presencia de síntomas depresivos mínimo		Presencia de síntomas depresivos marcados		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Sin estrés	10	4.83	0	0.00	0	0.00	10	4.83
Estrés leve	32	15.46	88	42.51	0	0.00	120	57.97
Estrés moderado	0	0.00	53	25.60	24	11.59	77	37.20
Total:	42	20.29	141	68.12	24	11.59	207	100.00

Fuente: Cuestionario.

$X^2_c = 97,159$

$NS = 0,000$

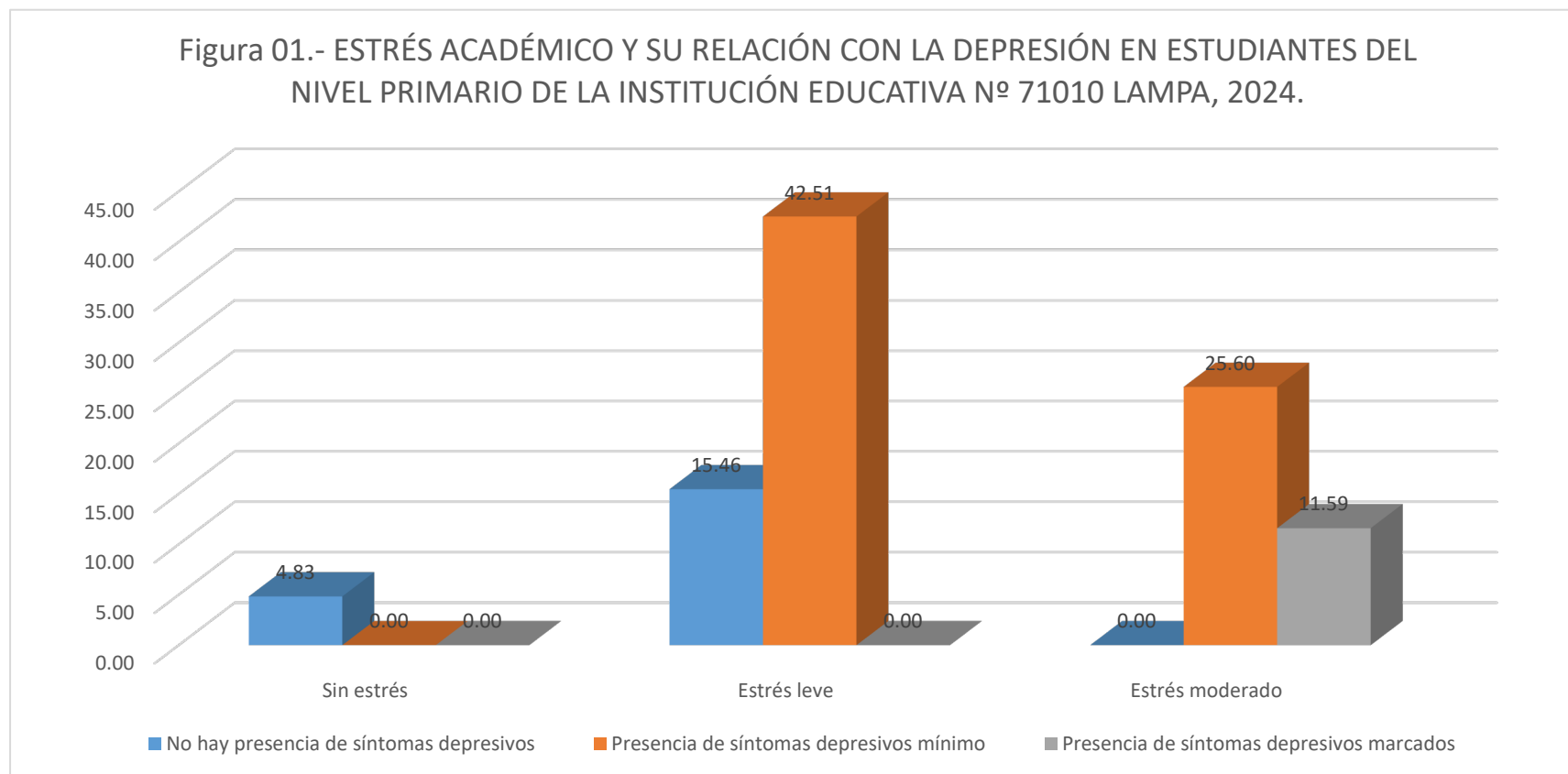
ES SIGNIFICATIVA

$X^2_t = 9,488$

$GI = 4$



FIGURA 01.- ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024



Fuente: tabla 01.



En la tabla y figura 01, se analiza el objetivo general del estrés académico y su relación con la depresión, donde observamos que el 57,97% de estudiantes presentan estrés leve, el 37,20% presentan el estrés moderado, y un 4,82% presentan sin estrés.

De los estudiantes que presentan depresión con presencia de síntomas depresivos marcados el 11,59% presentan estrés moderado, de los escolares que presentan síntomas depresivos mínimo el 25,60% presenta estrés leve, el 25,60% presenta estrés moderado.

Se trabajo con un error del 5% y una confianza del 95% con la prueba estadística del chi cuadrado, donde $X^2_c=97,159$ mayor que la $X^2_t=9,488$, $gl=4$, $NS=0,000$ es significativa, por lo tanto, el estrés académico se asocia con la depresión en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.

Según el estudio de: Blanco P. J. ha concluido que: 92% de estudiantes perciben que su educación ha sido negativa durante la pandemia, 6% están satisfechos con la educación remota, los universitarios han experimentado Se evidenció un estrés severo con una media de 3,5, siendo las dimensiones de ansiedad, insomnio y síntomas somáticos las más afectadas las más impactantes han tenido con un valor medio de 3,64 y 3,06.

Según Montalvo et al, han concluido que: 50,8% de los estudiantes cree que mediante la religión se afronta las situaciones estresantes, y dependen de estos para defender sus pensamientos y sentimientos para cumplir con sus responsabilidades académicas.



TABLA 02.- DISPUTA ACADÉMICA CON COMPAÑEROS Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA Nº 71010 LAMPA, 2024.

Disputa académica con compañeros	Nivel de depresión en estudiantes						Total	
	No hay presencia de síntomas depresivos		Presencia de síntomas depresivos mínimo		Presencia de síntomas depresivos marcados		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Nunca	0	0.00	24	11.59	14	6.76	38	18.36
Rara vez	10	4.83	38	18.36	6	2.90	54	26.09
Algunas veces	11	5.31	30	14.49	3	1.45	44	21.26
Casi siempre	10	4.83	28	13.53	0	0.00	38	18.36
Siempre	11	5.31	21	10.14	1	0.48	33	15.94
Total:	42	20.29	141	68.12	24	11.59	207	100.00

Fuente: Cuestionario.

$X^2_c = 40,432$

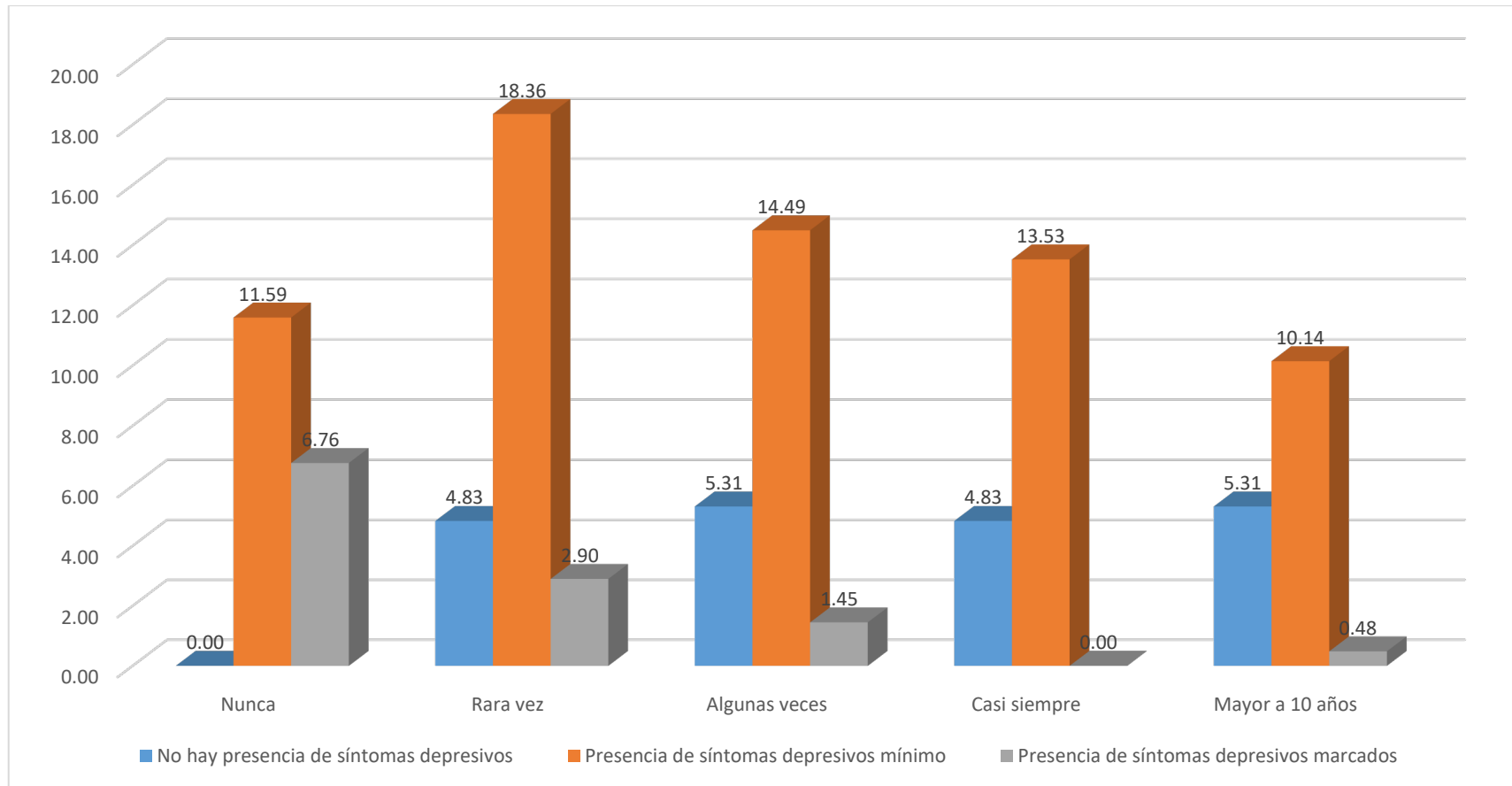
$NS = 0,000$

ES SIGNIFICATIVA

$X^2_t = 15,507$

$GI = 8$

FIGURA 02.- DISPUTA ACADÉMICA CON COMPAÑEROS Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024



Fuente: tabla 02.



El primer objetivo específico planteado ha sido: Identificar el nivel de estresores académicos y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa.

En la tabla y figura 02, se analiza el indicador: disputa académica con compañeros, donde el 26,09% rara vez tiene disputa académica con compañeros, el 21,26% lo hace algunas veces, el 18,36% nunca lo hace, el 18,36% casi siempre, el 15,94% siempre tiene disputa académica con compañeros.

De los estudiantes que presentan depresión con presencia de síntomas depresivos marcados el 6,76% nunca tiene disputa académica con compañeros, el 2,90% rara vez, el 1,45% algunas veces, el 0,48% siempre.

Se trabajó con un error del 5% y una confianza del 95% con la prueba estadística del chi cuadrado, donde $X^2_c=40,432$ mayor que la $X^2_t=15,507$, $gl=8$, $NS=0,000$ es significativa, por lo tanto, la disputa académica con compañeros tiene relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.

Según Cobiellas et al, han encontrado que: 63,11% de las personas sufre estrés excesivo, 56,8% presentó estrés patológico, 54,85% presento depresión moderada, 57,69% sufrió de estrés excesivo y moderada; según Trunce S y otros, ha encontrado que: 29% presento depresión, 53,2% ansiedad y el 47,8% presento estrés, todos los trastornos están relacionados con la ansiedad, y en un segundo lugar está el trastorno relacionado al estrés.



TABLA 03.- EXTRA-RECARGA DE ACTIVIDADES ACADÉMICAS Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.

Extra recarga de actividades académicas	Nivel de depresión en estudiantes						Total	
	No hay presencia de síntomas depresivos		Presencia de síntomas depresivos mínimo		Presencia de síntomas depresivos marcados		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Nunca	0	0.00	30	14.49	14	6.76	44	21.26
Rara vez	10	4.83	26	12.56	6	2.90	42	20.29
Algunas veces	11	5.31	27	13.04	3	1.45	41	19.81
Casi siempre	10	4.83	29	14.01	0	0.00	39	18.84
Siempre	11	5.31	29	14.01	1	0.48	41	19.81
Total:	42	20.29	141	68.12	24	11.59	207	100.00

Fuente: Cuestionario.

$X^2_c = 35,913$

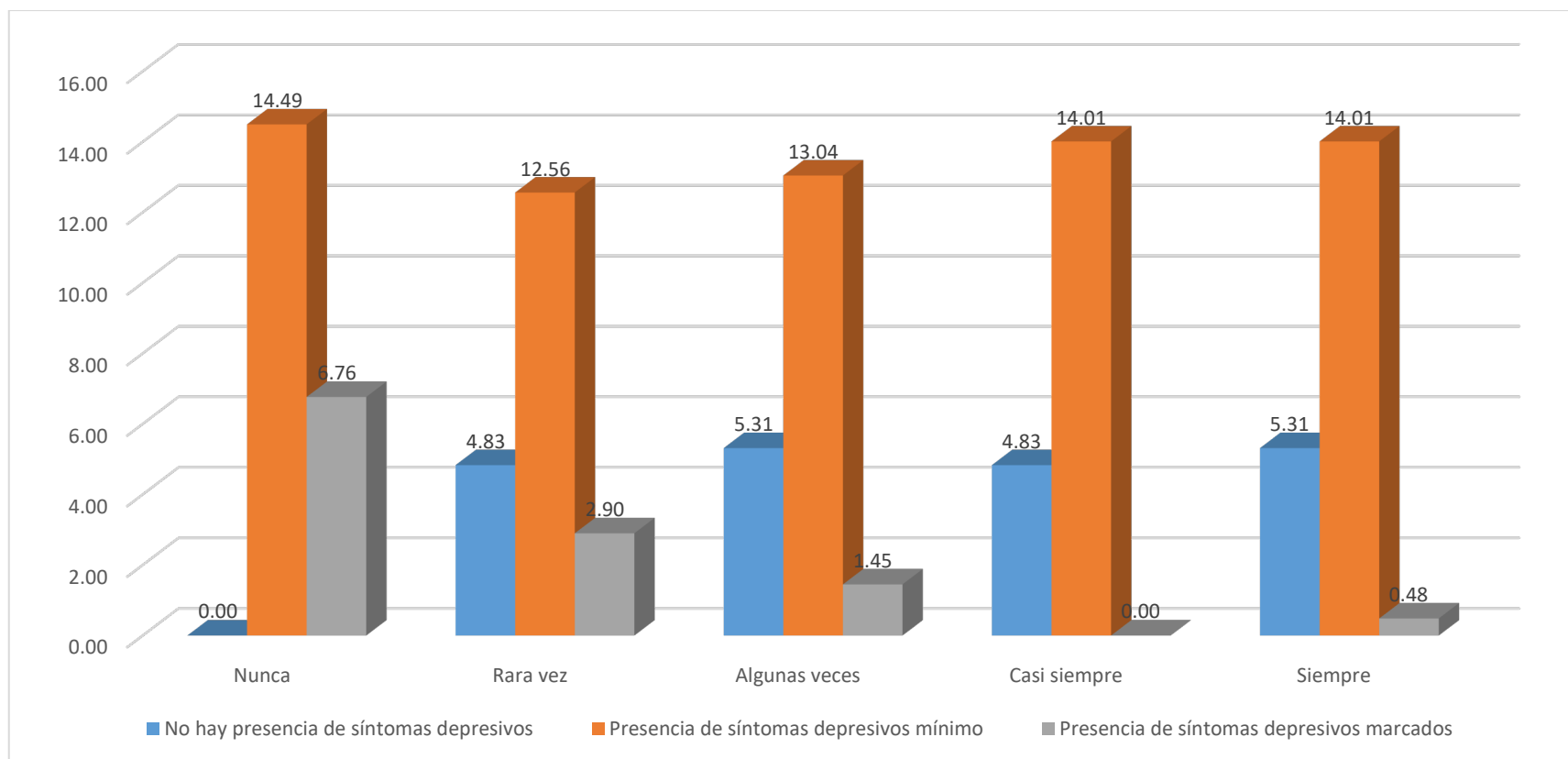
$NS = 0,000$

ES SIGNIFICATIVA

$X^2_t = 15,507$

$G/I = 8$

FIGURA 03.- EXTRA-RECARGA DE ACTIVIDADES ACADÉMICAS Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024



Fuente: tabla 03.



En la tabla y figura 03, se analiza la extra recarga de actividades académicas y su relación con la depresión, donde observamos que el 21,26% nunca tiene extra actividades académicas, el 20,29% rara vez tiene extra actividades académicas, el 19,81% algunas veces tiene extra actividades académicas, el 19,81% siempre tiene extra actividades académicas, el 18,84% casi siempre tiene extra actividades académicas.

De los estudiantes que presentan depresión con presencia de síntomas depresivos marcados el 6,76% nunca tiene extra actividades académicas, el 2,90% rara vez tiene extra actividades académicas, el 1,45% algunas veces tiene extra actividades académicas, el 0,48% siempre tiene extra actividades académicas.

Se trabajo con un error del 5% y una confianza del 95% con la prueba estadística del chi cuadrado, donde $X^2_c=35,913$ mayor que la $X^2_t=15,507$, $gl=8$, $NS=0,000$ es significativa, por lo tanto, la extra recarga de actividades académicas y tiene relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.

Según Alania C, Quinteros O , Corrales P. encontró que: las estrategias de afrontamiento orientadas al problema frente a la presión académica, 76,37%, según dimensión: el afrontamiento activo (centrarse en los problemas) se utiliza más de 70%, 55,46% revisión activa, 30% del tiempo (centrándose en los sentimientos) y auto distracción (centrándose en evitar problemas), es considerado exitoso debido a que ayuda a los estudiantes a reconocer sus habilidades y capacidades para enfrentar problemas.



TABLA 04.- CARÁCTER COMPLICADO DEL DOCENTE, LAS EVALUACIONES DE LOS PROFESORES Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.

Carácter complicado del docente, las evaluaciones de los profesores	Nivel de depresión en estudiantes						Total	
	No hay presencia de síntomas depresivos		Presencia de síntomas depresivos mínimo		Presencia de síntomas depresivos marcados		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Nunca	24	11.59	18	8.70	0	0.00	42	20.29
Rara vez	9	4.35	27	13.04	0	0.00	36	17.39
Algunas veces	5	2.42	33	15.94	3	1.45	41	19.81
Casi siempre	2	0.97	34	16.43	8	3.86	44	21.26
Siempre	2	0.97	29	14.01	13	6.28	44	21.26
Total:	42	20.29	141	68.12	24	11.59	207	100.00

Fuente: Cuestionario.

$X^2_c = 66,793$

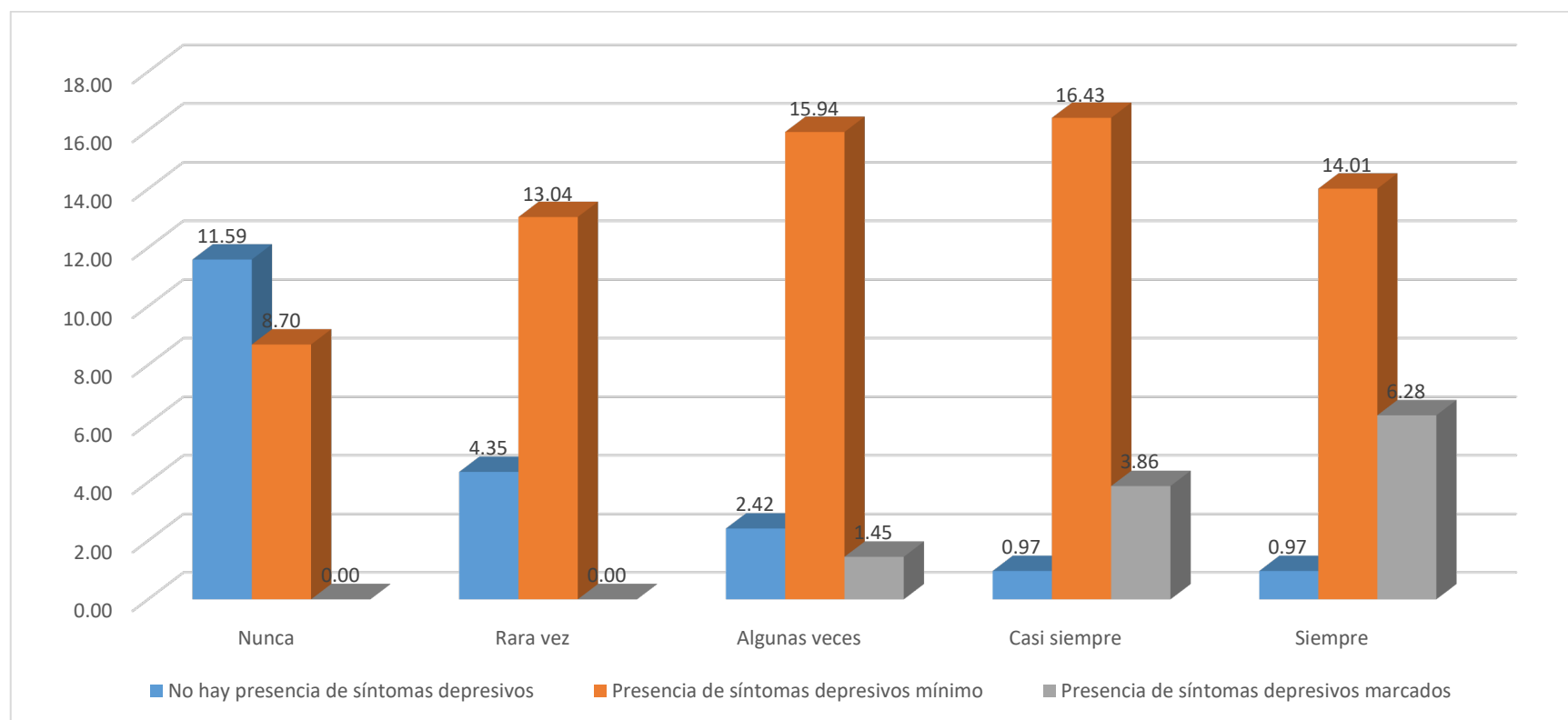
$NS = 0,000$

ES SIGNIFICATIVA

$X^2_t = 15,507$

$G/ = 8$

FIGURA 04.- CARÁCTER COMPLICADO DEL DOCENTE, LAS EVALUACIONES DE LOS PROFESORES Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024



Fuente: tabla 04.



En la tabla y figura 04, se analiza el carácter complicado del docente, las evaluaciones de los profesores y su relación con la depresión, donde observamos que el 31,26% refiere que casi siempre el docente tiene carácter complicado, el 21,26% refiere que siempre el docente tiene carácter complicado, 20,29% refiere que nunca el docente tiene carácter complicado, el 19,81% refiere que algunas veces el docente tiene carácter complicado, el 17,39% refiere que rara vez el docente tiene carácter complicado.

De los estudiantes que presentan depresión con presencia de síntomas depresivos marcados el 6,28% refiere que siempre el docente tiene carácter complicado, el 3,86% refiere que casi siempre el docente tiene carácter complicado, el 1,45% refiere que algunas veces el docente tiene carácter complicado.

Se trabajo con un error del 5% y una confianza del 95% con la prueba estadística del chi cuadrado, donde $X^2_c=66,793$ mayor que la $X^2_t=15,507$, $gl=8$, $NS=0,000$ es significativa, por lo tanto, el carácter complicado del docente, demostrando que existe una asociación entre las evaluaciones de los profesores y los niveles de depresión en los estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.

Según Córdova concluyó que, los estudiantes presentaron mayores niveles de manejo del estrés, con características homogéneas sin diferencias significativas entre sexo y edad; según Palomino R. Se utilizo el Cuestionario de Evaluación del Estrés Académico y el Inventario de Depresión de Beck II, donde las variables de estudio se relacionaron entre si.



Tabla 05.- PROBLEMAS CON HORARIO DE CLASES Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA Nº 71010 LAMPA, 2024.

Problemas con horario de clases	Nivel de depresión en estudiantes						Total	
	No hay presencia de síntomas depresivos		Presencia de síntomas depresivos mínimo		Presencia de síntomas depresivos marcados		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Nunca	22	10.63	31	14.98	1	0.48	54	26.09
Rara vez	13	6.28	44	21.26	2	0.97	59	28.50
Algunas veces	7	3.38	43	20.77	6	2.90	56	27.05
Casi siempre	0	0.00	16	7.73	11	5.31	27	13.04
Siempre	0	0.00	7	3.38	4	1.93	11	5.31
Total:	42	20.29	141	68.12	24	11.59	207	100.00

Fuente: Cuestionario.

$X^2_c = 56,324$

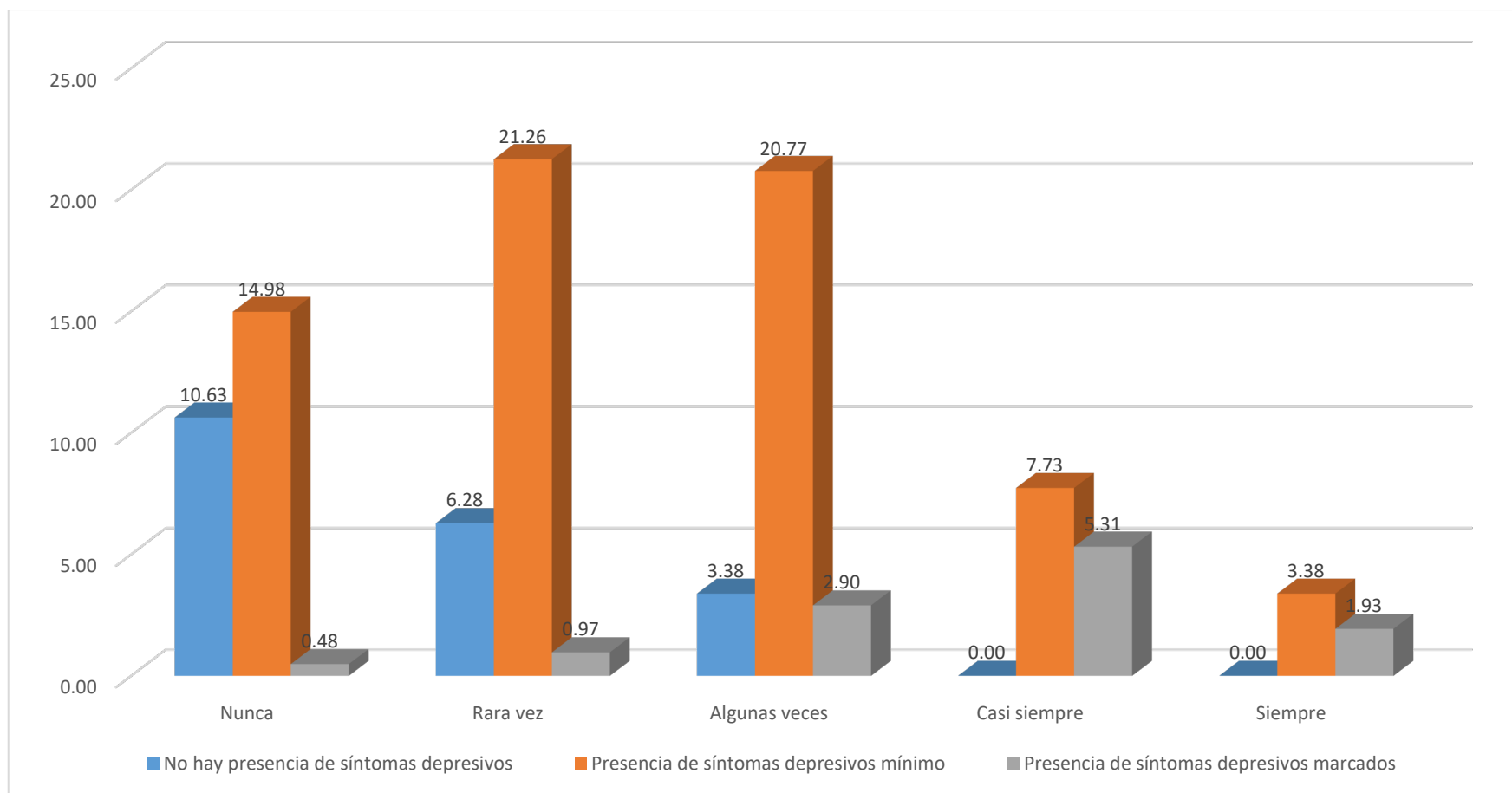
$NS = 0,000$

ES SIGNIFICATIVA

$X^2_t = 15,507$

$GI = 8$

FIGURA 05.- PROBLEMAS CON HORARIO DE CLASES Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024



Fuente: tabla 05.



En la tabla y figura 05, se analiza los problemas con horarios de clases y su relación con la depresión, donde observamos que el 28,50% rara vez tiene problemas con el horario de clases, el 27,05% algunas veces tiene problemas con el horario de clases, el 26,09% nunca tiene problemas con el horario de clases, el 13,04% casi siempre tiene problemas con el horario de clases, el 5,31% siempre tiene problemas con el horario de clases.

De los estudiantes que presentan depresión con presencia de síntomas depresivos marcados el 5,31% casi siempre tiene problemas con el horario de clases, el 2,90% algunas veces tiene problemas con el horario de clases, el 1,93% siempre tiene problemas con el horario de clases, el 0,97% rara vez tiene problemas con el horario de clases, el 0,48% nunca tiene problemas con el horario de clases.

Se trabajo con un error del 5% y una confianza del 95% con la prueba estadística del chi cuadrado, donde $X^2_c=56,324$ mayor que la $X^2_t=15,507$, $gl=8$, $NS=0,000$ es significativa, por lo tanto, los problemas con horarios de clases y tiene relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.

Según Espinoza F. Concluyo que: el 100% de estudiantes presentaron estrés académico y depresión, siendo mayor en el 6to ciclo, el grupo etario más afectado son los estudiantes de 19 a 22 años, durante la pandemia se ha demostrado la realidad situación de la población en general especialmente entre los estudiantes que han presentado estrés académico y la depresión es $p<0,001$.



TABLA 06.- FALTA DE ENTENDIMIENTO EN LAS ÁREAS ACADÉMICAS Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.

Falta de entendimiento en las áreas académicas	Nivel de depresión en estudiantes						Total	
	No hay presencia de síntomas depresivos		Presencia de síntomas depresivos mínimo		Presencia de síntomas depresivos marcados		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Nunca	36	17.39	99	47.83	5	2.42	140	67.63
Rara vez	1	0.48	19	9.18	6	2.90	26	12.56
Algunas veces	5	2.42	19	9.18	3	1.45	27	13.04
Casi siempre	0	0.00	3	1.45	5	2.42	8	3.86
Siempre	0	0.00	1	0.48	5	2.42	6	2.90
Total:	42	20.29	141	68.12	24	11.59	207	100.00

Fuente: Cuestionario.

$X^2_c = 67,311$

$NS = 0,000$

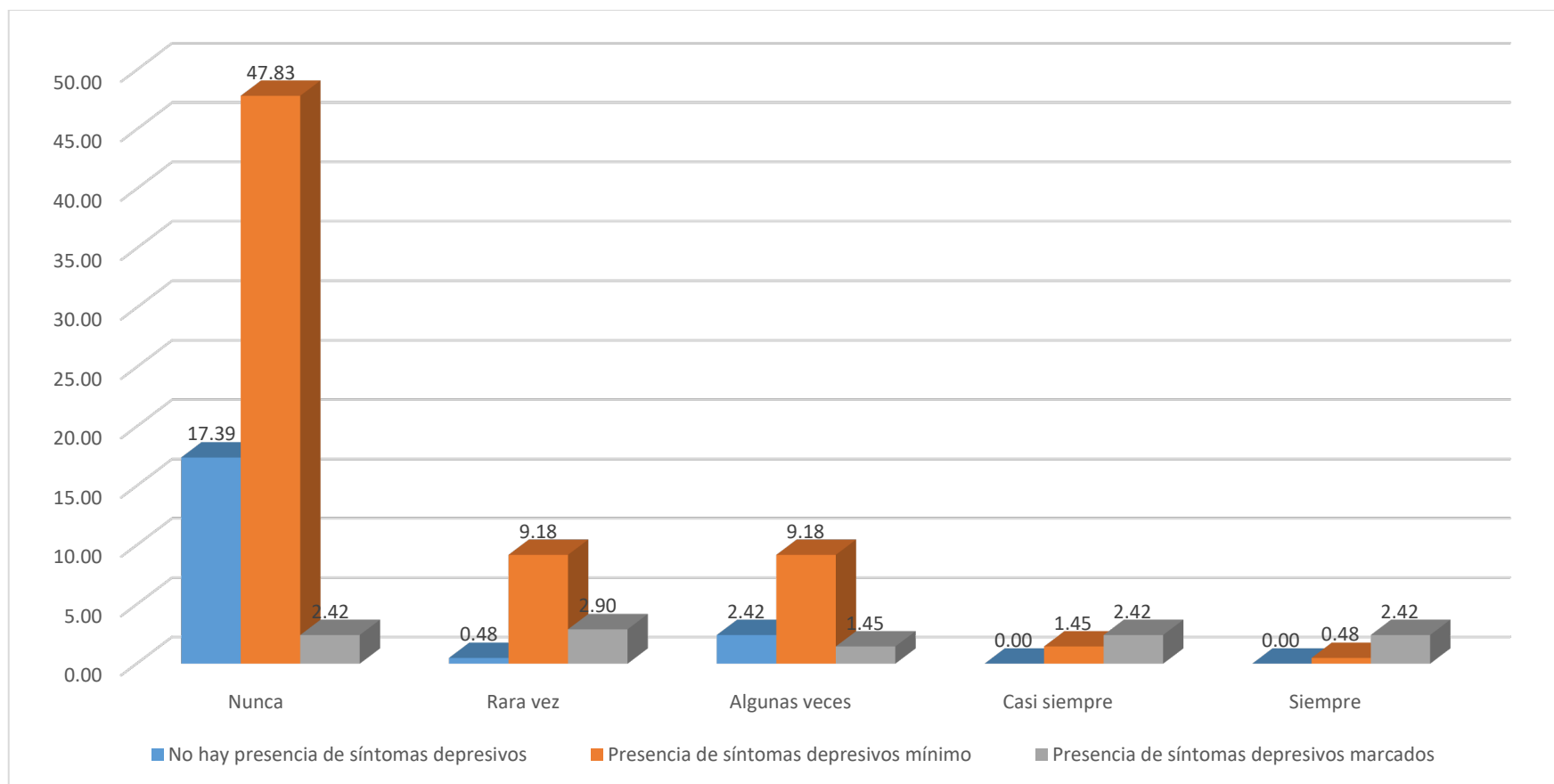
ES SIGNIFICATIVA

$X^2_t = 15,507$

$G = 8$



FIGURA 06.- FALTA DE ENTENDIMIENTO EN LAS ÁREAS ACADÉMICAS Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.



Fuente: tabla 06.



En la tabla y figura 06, se analiza la falta de entendimiento en las áreas académicas y su relación con la depresión, donde observamos que el 67,63% nunca tiene falta de entendimiento en áreas académicas, el 13,04% algunas veces tiene falta de entendimiento en áreas académicas, el 12,56% rara vez tiene falta de entendimiento en áreas académicas, el 3,86% casi siempre tiene falta de entendimiento en áreas académicas, el 2,90% siempre tiene falta de entendimiento en áreas académicas.

De los estudiantes que presentan depresión con presencia de síntomas depresivos marcados el 2,90% rara vez tiene falta de entendimiento en áreas académicas, el 2,42% nunca tiene falta de entendimiento en áreas académicas, el 2,42% casi siempre tiene falta de entendimiento en áreas académicas, el 2,42% siempre tiene falta de entendimiento en áreas académicas, el 1,45% algunas veces tiene falta de entendimiento en áreas académicas.

Se trabajó con un error del 5% y una confianza del 95% con la prueba estadística del chi cuadrado, donde $X^2_c=67,311$ mayor que la $X^2_t=15,507$, $gl=8$, $NS=0,000$ es significativa, por lo tanto, la falta de entendimiento en las áreas académicas y tiene relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.

Según Cruz P. ha concluido que solo un estilo de vida saludable puede predecir el estrés académico de los estudiantes, es por ello que, los estudiantes con un buen estilo de vida saludable pueden experimentar un estrés académico mínimo.



TABLA 07.- INTERVENCIÓN EN EL AULA Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.

Intervención en el aula	Nivel de depresión en estudiantes						Total	
	No hay presencia de síntomas depresivos		Presencia de síntomas depresivos mínimo		Presencia de síntomas depresivos marcados		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Nunca	0	0.00	11	5.31	7	3.38	18	8.70
Rara vez	2	0.97	17	8.21	6	2.90	25	12.08
Algunas veces	12	5.80	48	23.19	6	2.90	66	31.88
Casi siempre	11	5.31	32	15.46	5	2.42	48	23.19
Siempre	17	8.21	33	15.94	0	0.00	50	24.15
Total:	42	20.29	141	68.12	24	11.59	207	100.00

Fuente: Cuestionario.

$X^2_c = 31,932$

$NS = 0,000$

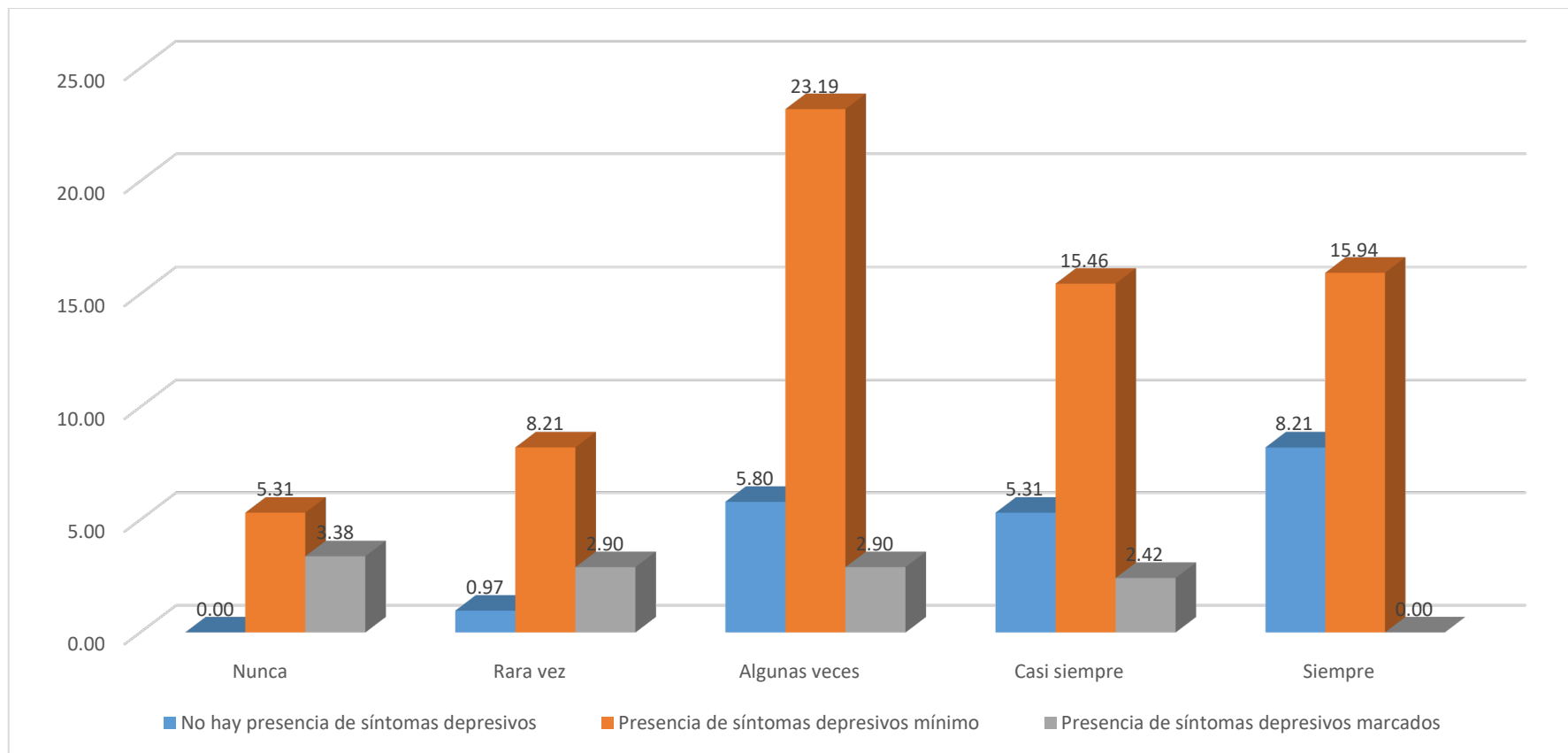
ES SIGNIFICATIVA

$X^2_t = 15,507$

$Gl = 8$



FIGURA 07.- INTERVENCIÓN EN EL AULA Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.



Fuente: tabla 07.



En la tabla y figura 07, se analiza la intervención en el aula y su relación con la depresión, donde observamos que el 31,88% algunas veces hace intervención en el aula, el 24,15% siempre hace intervención en el aula, el 23,19% casi siempre hace intervención en el aula, el 12,08% rara vez hace intervención en el aula, el 8,70% nunca hace intervención en el aula.

De los estudiantes que presentan depresión con presencia de síntomas depresivos marcados el 3,38% nunca hace intervención en el aula, el 2,90% rara vez hace intervención en el aula, el 2,90% algunas veces hace intervención en el aula, el 2,42% casi siempre hace intervención en el aula.

Se trabajo con un error del 5% y una confianza del 95% con la prueba estadística del chi cuadrado, donde $X^2_c=31,932$ mayor que la $X^2_t=15,507$, $gl=8$, $NS=0,000$ es significativa, por lo tanto, la intervención en el aula y tiene relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.

Según Arredondo K, Ocoruro E. Concluyo que: el 54,5% de estudiantes se encontraban en un nivel de estrés moderado, el 75% de los estudiantes se enfocaba directamente en el problema y un número importante de estudiantes buscaba soluciones al problema, los estudiantes evitan situaciones de estrés, por lo que no se desarrollan las habilidades de afrontamiento.

El estrés en estudiantes se incrementa cuando atraviesan situaciones de problemas familiares que conllevan a empeorar su situación, muchas veces conllevando a intentos de suicidios cuando se trata también de problemas de parejas.



TABLA 08.- ESCASO PLAZO PARA EL TRABAJO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.

Escaso plazo para el trabajo	Nivel de depresión en estudiantes						Total	
	No hay presencia de síntomas depresivos		Presencia de síntomas depresivos mínimo		Presencia de síntomas depresivos marcados		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Nunca	38	18.36	97	46.86	0	0.00	135	65.22
Rara vez	1	0.48	18	8.70	1	0.48	20	9.66
Algunas veces	3	1.45	18	8.70	6	2.90	27	13.04
Casi siempre	0	0.00	3	1.45	6	2.90	9	4.35
Siempre	0	0.00	5	2.42	11	5.31	16	7.73
Total:	42	20.29	141	68.12	24	11.59	207	100.00

Fuente: Cuestionario.

$X^2_c = 106,747$

$NS = 0,000$

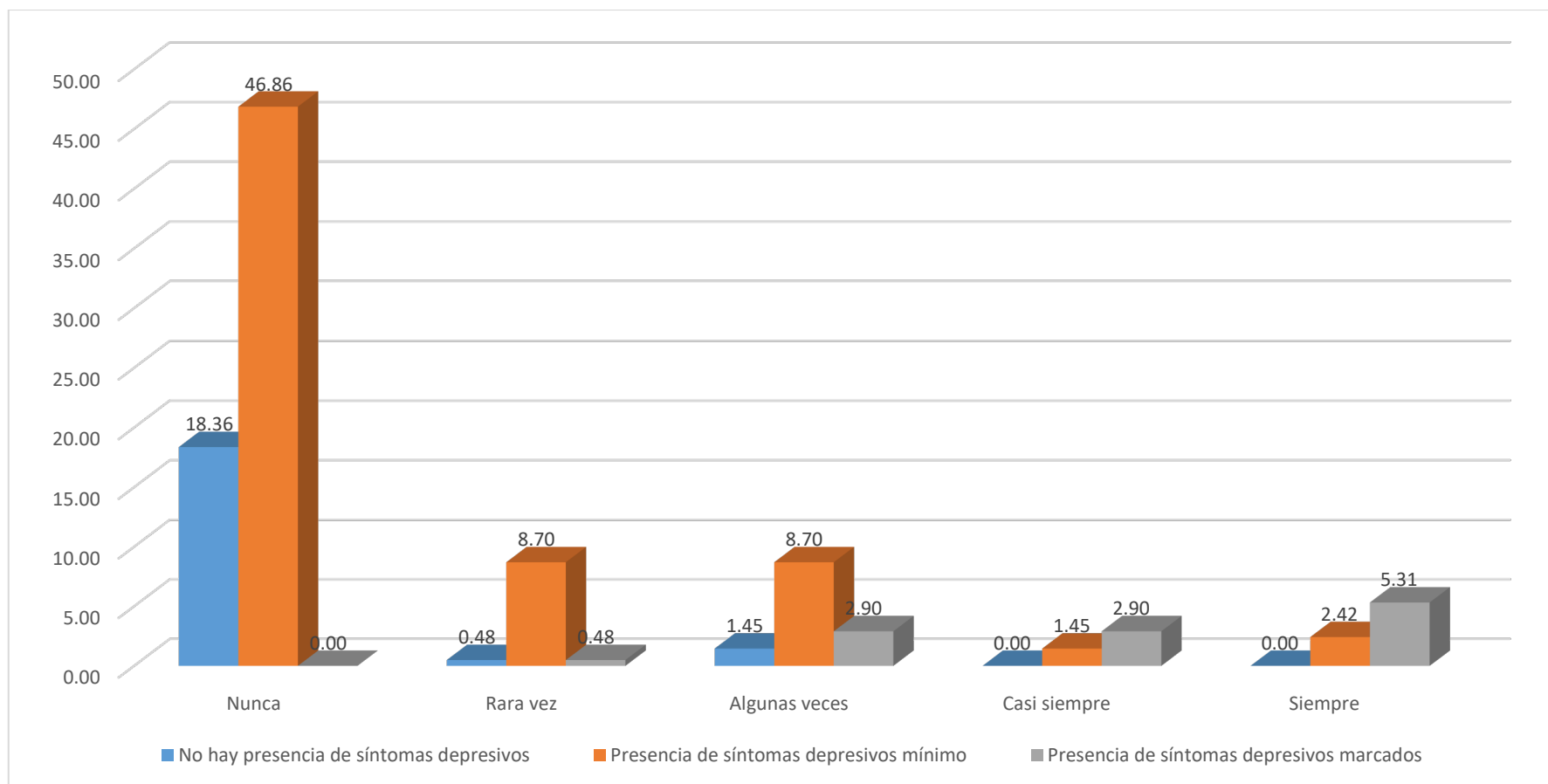
ES SIGNIFICATIVA

$X^2_t = 15,507$

$GI = 8$



FIGURA 08.- ESCASO PLAZO PARA EL TRABAJO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.



Fuente: tabla 08.



El segundo objetivo específico planteado ha sido: Reconocer los síntomas del estrés académico y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa.

En la tabla y figura 08, se analiza el escaso plazo para el trabajo y su relación con la depresión, donde observamos que el 65,22% nunca tiene escaso plazo para los trabajos, el 13,04% algunas veces tiene escaso plazo para los trabajos, el 9,66% rara vez tiene escaso plazo para los trabajos, el 7,73% siempre tiene escaso plazo para los trabajos, el 4,35% casi siempre tiene escaso plazo para los trabajos.

De los estudiantes que presentan depresión con presencia de síntomas depresivos marcados el 5,31% siempre tiene escaso plazo para los trabajos, el 2,90% casi siempre tiene escaso plazo para los trabajos, el 2,90% algunas veces tiene escaso plazo para los trabajos, el 0,48% rara vez tiene escaso plazo para los trabajos.

Se trabajo con un error del 5% y una confianza del 95% con la prueba estadística del chi cuadrado, donde $X^2_c=106,747$ mayor que la $X^2_t=15,507$, $gl=8$, $NS=0,000$ es significativa, por lo tanto, escaso plazo para el trabajo y tiene relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.

Montalvo et al. Concluye que: las causas del estrés de los estudiantes fueron la evaluación, el exceso de trabajo académico y con relación a los compromisos de aprendizaje a corto plazo, el 50,8% de los estudiantes cree que recurrir a la religión es una forma de manejar los problemas las situaciones estresantes, dependen de defender sus pensamientos y sentimientos y hacer horarios de trabajo para cumplir con sus responsabilidades académicas.



TABLA 09.- ALTERACIÓN EN EL SUEÑO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.

Alteración en el sueño	Nivel de depresión en estudiantes						Total	
	No hay presencia de síntomas depresivos		Presencia de síntomas depresivos mínimo		Presencia de síntomas depresivos marcados		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Nunca	20	9.66	68	32.85	0	0.00	88	42.51
Rara vez	21	10.14	66	31.88	11	5.31	98	47.34
Algunas veces	1	0.48	6	2.90	4	1.93	11	5.31
Casi siempre	0	0.00	1	0.48	4	1.93	5	2.42
Siempre	0	0.00	0	0.00	5	2.42	5	2.42
Total:	42	20.29	141	68.12	24	11.59	207	100.00

Fuente: Cuestionario.

$X^2_c = 79,443$

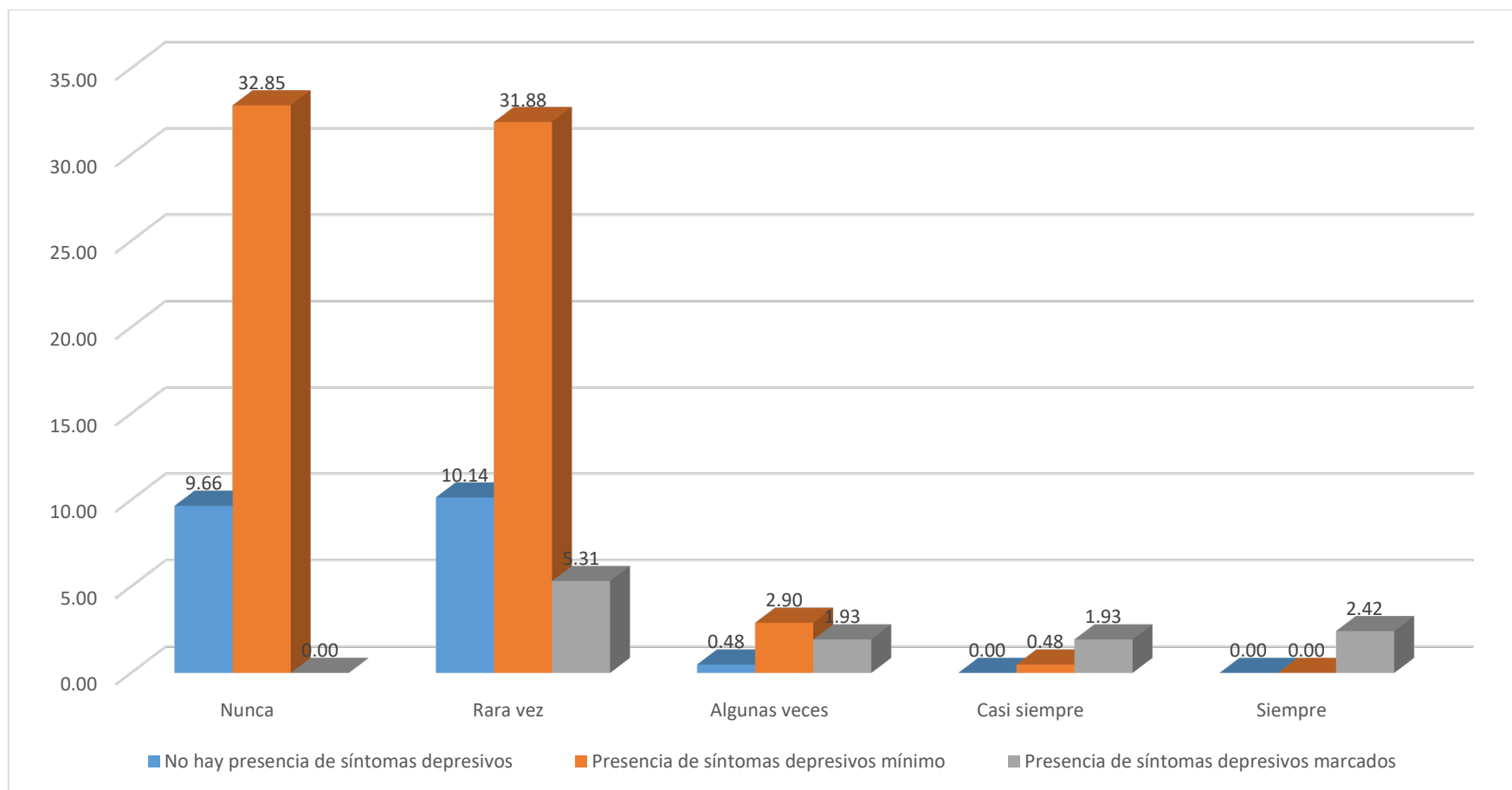
$NS = 0,000$

ES SIGNIFICATIVA

$X^2_t = 15,507$

$GI = 8$

FIGURA 09.- ALTERACIÓN EN EL SUEÑO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.



Fuente: tabla 09.



En la tabla y figura 09, se analiza la alteración en el sueño y su relación con la depresión, donde observamos que el 47,34% rara vez tiene alteración del sueño, el 42,51% nunca tiene alteración del sueño, el 5,31% algunas veces tiene alteración del sueño, el 2,42% casi siempre tiene alteración del sueño, el 2,42% siempre tiene alteración del sueño.

De los estudiantes que presentan depresión con presencia de síntomas depresivos marcados el 5,31% rara vez tiene alteración del sueño, el 2,42% siempre tiene alteración del sueño, el 1,93% algunas veces tiene alteración del sueño, el 1,93% casi siempre tiene alteración del sueño.

Se trabajo con un error del 5% y una confianza del 95% con la prueba estadística del chi cuadrado, donde $X^2_c=79,443$ mayor que la $X^2_t=15,507$, $gl=8$, $NS=0,000$ es significativa, por lo tanto, alteración en el sueño y tiene relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.

Según Perlacios C. Concluyó que los resultados muestran una relación inversa entre estilo de vida saludable y estrés académico, evidenciándose un nivel bajo o insuficiente de estilo de vida saludable; el estrés y otros problemas suelen alterar el sueño e incluso las actividades cotidianas de los estudiantes que afrontan situaciones de estrés, muchas veces alterando su vida en general, es importante intervenir para poder disminuir dichos riesgos.



TABLA 10.- CANSANCIO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.

Cansancio	Nivel de depresión en estudiantes						Total	
	No hay presencia de síntomas depresivos		Presencia de síntomas depresivos mínimo		Presencia de síntomas depresivos marcados		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Nunca	27	13.04	28	13.53	0	0.00	55	26.57
Rara vez	14	6.76	48	23.19	11	5.31	73	35.27
Algunas veces	1	0.48	24	11.59	4	1.93	29	14.01
Casi siempre	0	0.00	19	9.18	4	1.93	23	11.11
Siempre	0	0.00	22	10.63	5	2.42	27	13.04
Total:	42	20.29	141	68.12	24	11.59	207	100.00

Fuente: Cuestionario.

$X^2_c = 50,550$

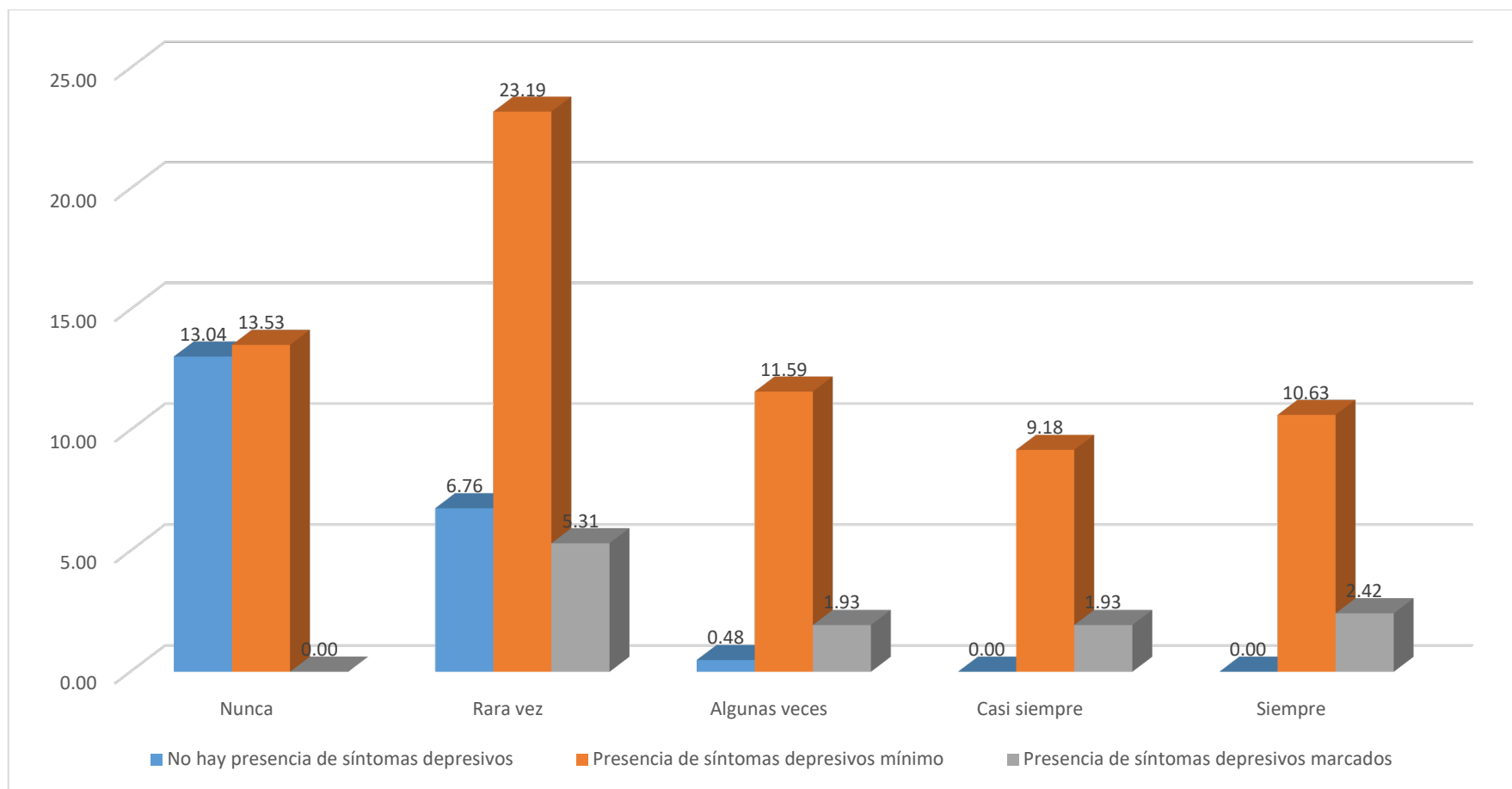
$NS = 0,000$

ES SIGNIFICATIVA

$X^2_t = 15,507$

$GI = 8$

FIGURA 10.- CANSANCIO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.



Fuente: tabla 10.



En la tabla y figura 10, se analiza el cansancio y su relación con la depresión, donde observamos que el 35,27% rara vez tiene cansancio, el 26,57% nunca tiene cansancio, el 14,01% algunas veces tiene cansancio, el 13,04% siempre tiene cansancio, el 11,11% casi siempre tiene cansancio.

De los estudiantes que presentan depresión con presencia de síntomas depresivos marcados el 5,31% rara vez tiene cansancio, el 2,42% siempre tiene cansancio, el 1,93% algunas veces tiene cansancio, el 1,93% casi siempre tiene cansancio.

Se trabajo con un error del 5% y una confianza del 95% con la prueba estadística del chi cuadrado, donde $X^2_c=50,550$ mayor que la $X^2_t=15,507$, $gl=8$, $NS=0,000$ es significativa, por lo tanto, el cansancio y tiene relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.

Según Blanco P. ha concluido que: 92% de estudiantes perciben que su educación se ha visto afectada negativamente, 6% de estudiantes se encuentran satisfechos con la educación remota, los universitarios han experimentado con una media de 3,5 en los niveles severos de estrés, las dimensiones de ansiedad, insomnio y síntomas somáticos presentan el mayor impacto, con valores medios de 3,64 y 3,06.



TABLA 11.- INQUIETUD Y PENA Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.

Inquietud y pena	Nivel de depresión en estudiantes						Total	
	No hay presencia de síntomas depresivos		Presencia de síntomas depresivos mínimo		Presencia de síntomas depresivos marcados		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Nunca	27	13.04	22	10.63	0	0.00	49	23.67
Rara vez	14	6.76	50	24.15	11	5.31	75	36.23
Algunas veces	1	0.48	25	12.08	4	1.93	30	14.49
Casi siempre	0	0.00	23	11.11	4	1.93	27	13.04
Siempre	0	0.00	21	10.14	5	2.42	26	12.56
Total:	42	20.29	141	68.12	24	11.59	207	100.00

Fuente: Cuestionario.

$X^2_c = 58,976$

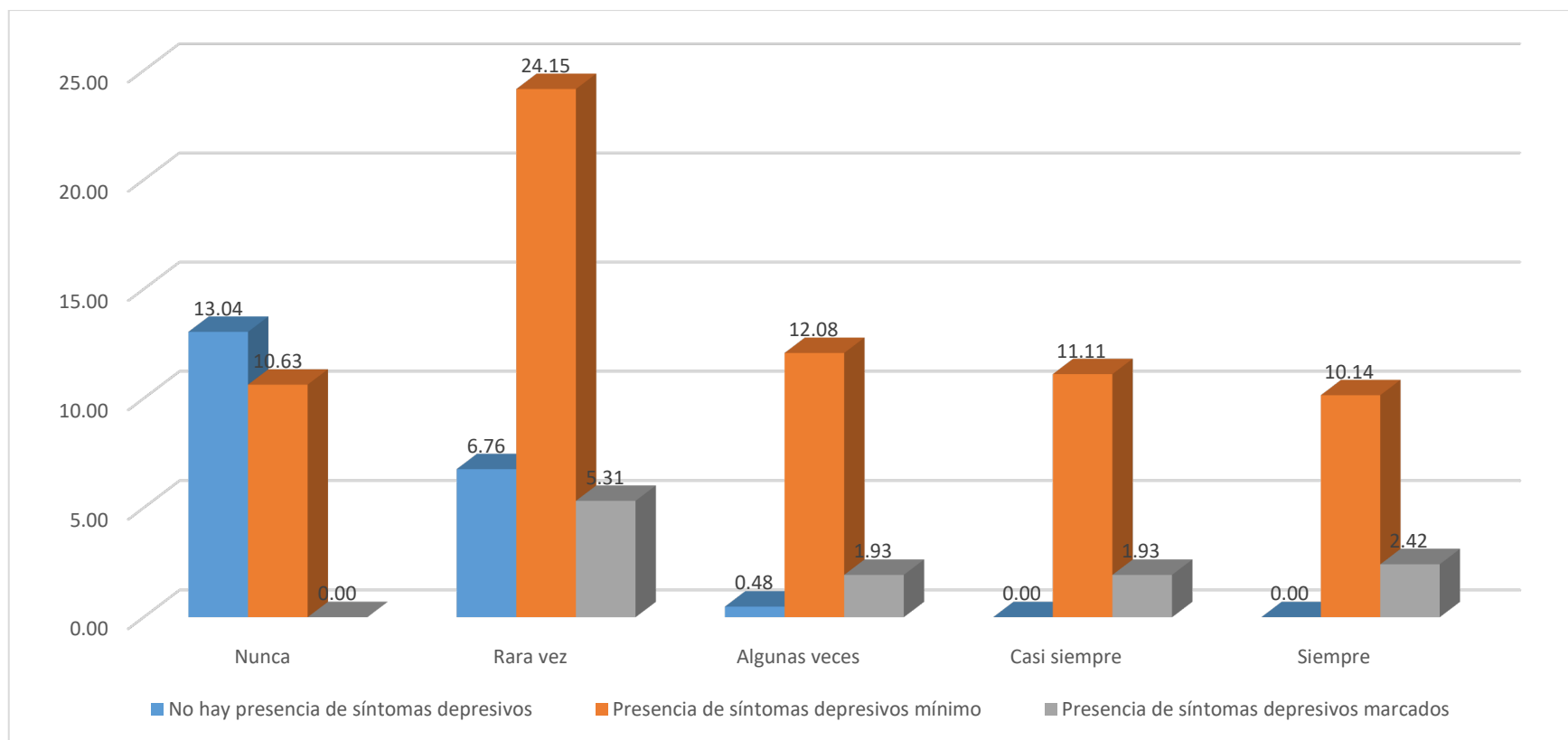
$NS = 0,000$

ES SIGNIFICATIVA

$X^2_t = 15,507$

$GI = 8$

FIGURA 11.- INQUIETUD Y PENA Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.



Fuente: tabla 11.



En la tabla y figura 11, se analiza la inquietud y pena y su relación con la depresión, donde observamos que el 36,23% rara vez tiene inquietud y pena, el 23,67% nunca tiene inquietud y pena, el 14,49% algunas veces tiene inquietud y pena, el 13,04% casi siempre tiene inquietud y pena, el 12,56% siempre tiene inquietud y pena.

De los estudiantes que presentan depresión con presencia de síntomas depresivos marcados el 5,31% rara vez tiene inquietud y pena, el 2,42% siempre tiene inquietud y pena, el 1,93% algunas veces tiene inquietud y pena, el 1,93% casi siempre tiene inquietud y pena.

Se trabajo con un error del 5% y una confianza del 95% con la prueba estadística del chi cuadrado, donde $X^2_c=58,976$ mayor que la $X^2_t=15,507$, $gl=8$, $NS=0,000$ es significativa, por lo tanto, el inquietud y pena y tiene relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa.

Según Montalvo et al. Ha concluido que: gran 50.8% de estudiantes afrontan situaciones estresantes durante los estudios, estas medidas de estrés dependen de defender sus pensamientos y sentimientos que afectan el estado emocional de los estudiantes, estos horarios de trabajo pueden alterar el estado emocional para cumplir con sus responsabilidades académicas.



TABLA 12.- DIFICULTAD EN LA CONCENTRACIÓN Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.

Dificultad en la concentración	Nivel de depresión en estudiantes						Total	
	No hay presencia de síntomas depresivos		Presencia de síntomas depresivos mínimo		Presencia de síntomas depresivos marcados		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Nunca	27	13.04	68	32.85	0	0.00	95	45.89
Rara vez	14	6.76	52	25.12	11	5.31	77	37.20
Algunas veces	1	0.48	12	5.80	4	1.93	17	8.21
Casi siempre	0	0.00	3	1.45	4	1.93	7	3.38
Siempre	0	0.00	6	2.90	5	2.42	11	5.31
Total:	42	20.29	141	68.12	24	11.59	207	100.00

Fuente: Cuestionario.

$X^2_c = 44,616$

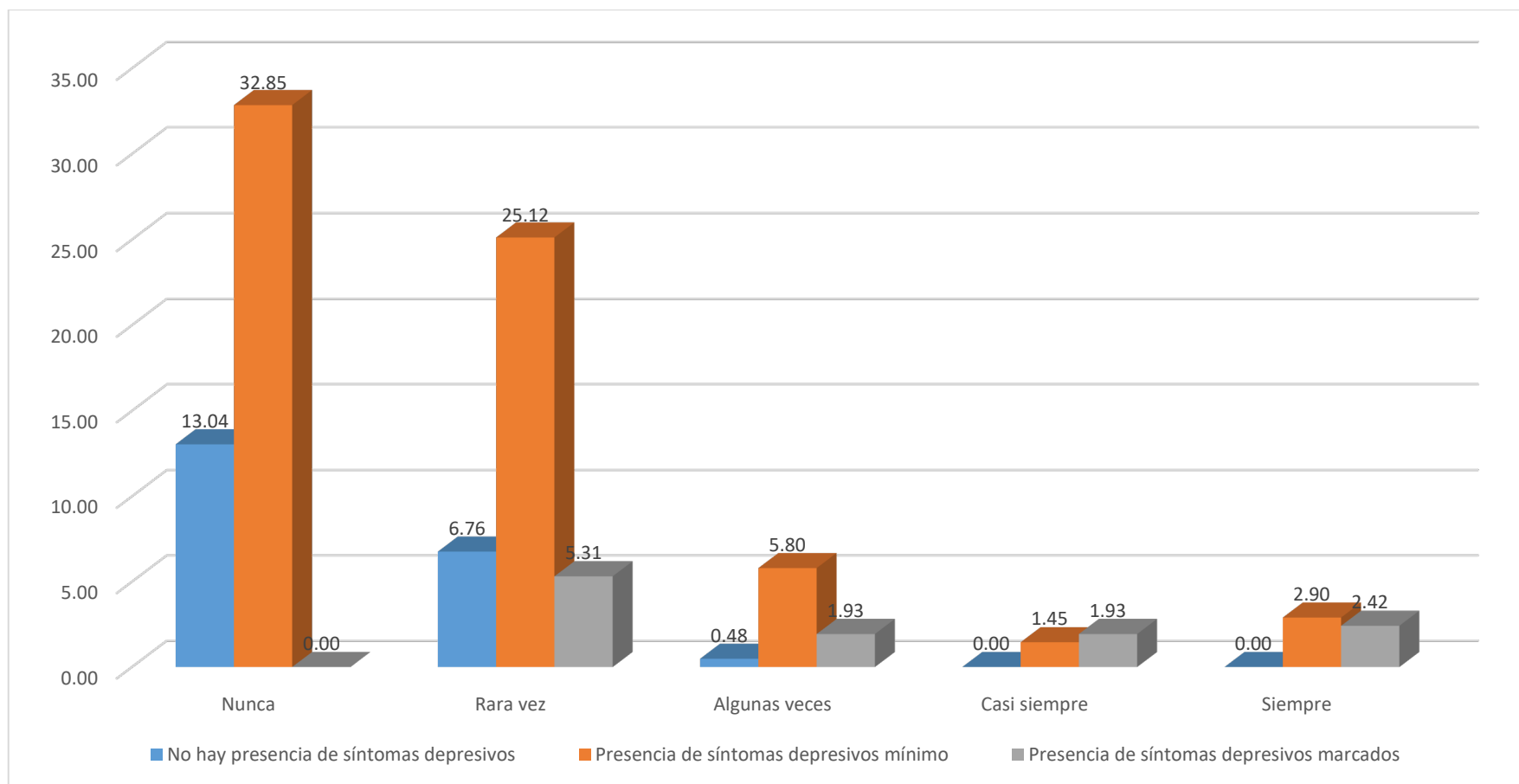
$NS = 0,000$

ES SIGNIFICATIVA

$X^2_t = 15,507$

$GI = 8$

FIGURA 12.- DIFICULTAD EN LA CONCENTRACIÓN Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.



Fuente: tabla 12.



En la tabla y figura 12, se analiza la dificultad en la concentración y su relación con la depresión, donde observamos que el 45,89% nunca tiene dificultad en la concentración, el 37,20% rara vez tiene dificultad en la concentración, el 8,21% algunas veces tiene dificultad en la concentración, el 5,31% siempre tiene dificultad en la concentración, el 3,38% casi siempre tiene dificultad en la concentración.

De los estudiantes que presentan depresión con presencia de síntomas depresivos marcados el 5,31% rara vez tiene dificultad en la concentración, el 2,42% siempre tiene dificultad en la concentración, el 1,93% algunas veces tiene dificultad en la concentración, el 1,93% casi siempre tiene dificultad en la concentración.

Se trabajo con un error del 5% y una confianza del 95% con la prueba estadística del chi cuadrado, donde $X^2_c=44,616$ mayor que la $X^2_t=15,507$, $gl=8$, $NS=0,000$ es significativa, por lo tanto, la dificultad en la concentración y tiene relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.

Según Cobiellas et al. Ha concluido que: estudiantes entre 18 y 19 años con 75,73% siendo 153 mujeres, 63,11% han presentado estrés excesivo; 56,8% han presentado estrés patológico; 54,85% presentan depresión moderada; 57,69% han presentado estrés excesivo y depresión moderada, el nivel de estrés académico y depresión están estrechamente relacionados con su apariencia.



TABLA 13.- ALEJARSE DE LOS DEMAS Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.

Alejarse de los demás	Nivel de depresión en estudiantes						Total	
	No hay presencia de síntomas depresivos		Presencia de síntomas depresivos mínimo		Presencia de síntomas depresivos marcados		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Nunca	30	14.49	55	26.57	0	0.00	85	41.06
Rara vez	11	5.31	51	24.64	11	5.31	73	35.27
Algunas veces	1	0.48	13	6.28	4	1.93	18	8.70
Casi siempre	0	0.00	12	5.80	4	1.93	16	7.73
Siempre	0	0.00	10	4.83	5	2.42	15	7.25
Total:	42	20.29	141	68.12	24	11.59	207	100.00

Fuente: Cuestionario.

$X^2_c = 39,929$

NS= 0,000

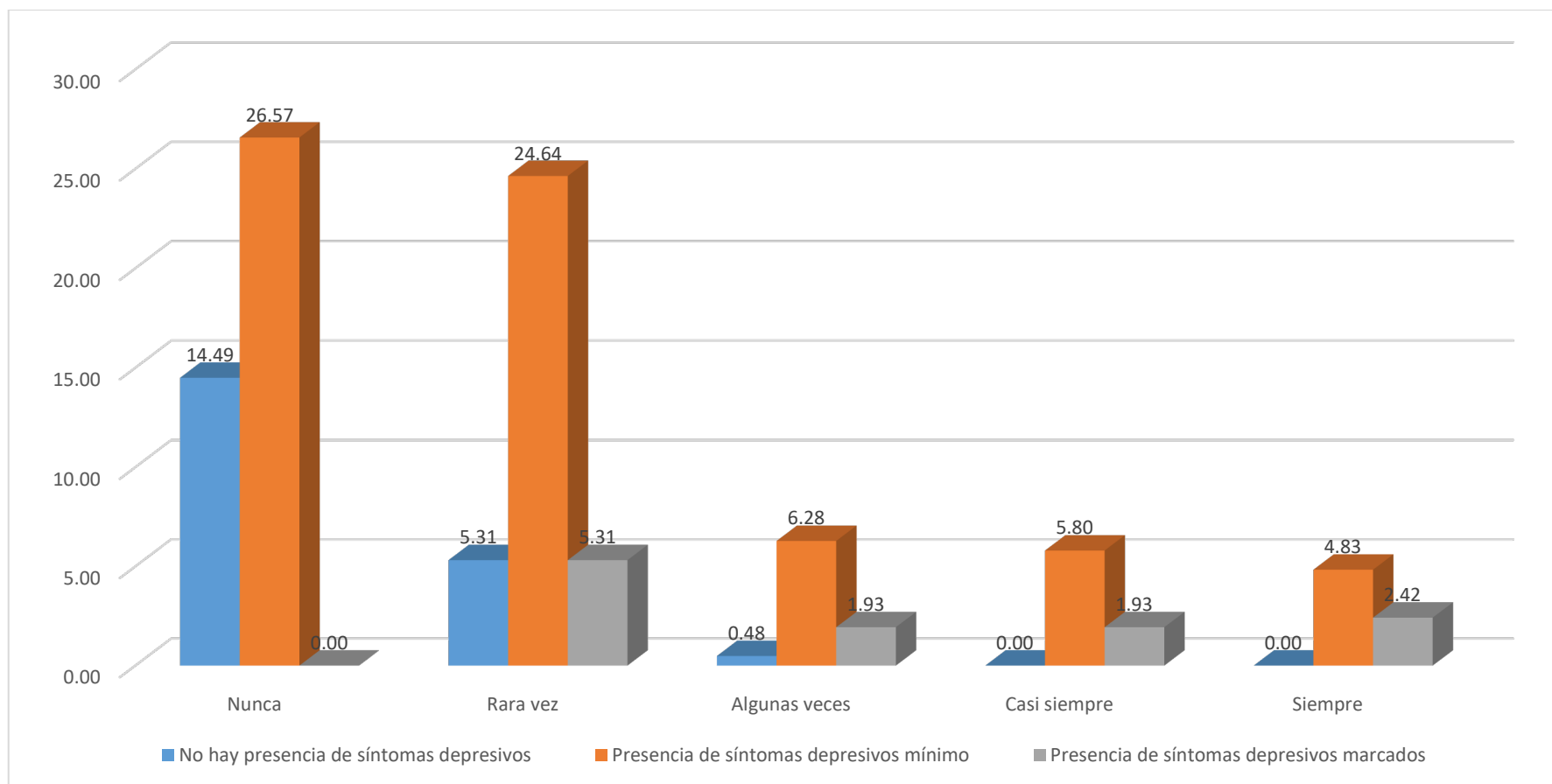
ES SIGNIFICATIVA

$X^2_t = 15,507$

GI= 8



FIGURA 13.- ALEJARSE DE LOS DEMAS Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.



Fuente: tabla 13.



En la tabla y figura 13, se analiza el alejarse de los demás y su relación con la depresión, donde observamos que el 41,06% nunca tiende a alejarse de los demás, el 35,27% rara vez tiende a alejarse de los demás, el 8,70% algunas veces tiende a alejarse de los demás, el 7,73% casi siempre tiende a alejarse de los demás, el 7,25% siempre tiende a alejarse de los demás.

De los estudiantes que presentan depresión con presencia de síntomas depresivos marcados el 5,31% rara vez tiende a alejarse de los demás, el 2,42% siempre tiende a alejarse de los demás, el 1,93% algunas veces tiende a alejarse de los demás, el 1,93% casi siempre tiende a alejarse de los demás.

Se trabajo con un error del 5% y una confianza del 95% con la prueba estadística del chi cuadrado, donde $X^2_c=39,929$ mayor que la $X^2_t=15,507$, $gl=8$, $NS=0,000$ es significativa, por lo tanto, el alejarse de los demás y tiene relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.

Según Trunce et al, encontró que: de 186 estudiantes de facultades de medicina de universidades públicas del sur de Chile, 29% tenía un trastorno relacionado con la depresión, 53,2% presento trastorno relacionado con la ansiedad y el 47,8% tenía un trastorno relacionado con el estrés, por lo tanto, los trastornos están relacionados a la ansiedad, y en un segundo lugar está el trastorno relacionado al estrés.



TABLA 14.- TÉCNICA ASERTIVA Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.

Técnica asertiva	Nivel de depresión en estudiantes						Total	
	No hay presencia de síntomas depresivos		Presencia de síntomas depresivos mínimo		Presencia de síntomas depresivos marcados		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Nunca	2	0.97	27	13.04	8	3.86	37	17.87
Rara vez	2	0.97	25	12.08	9	4.35	36	17.39
Algunas veces	12	5.80	36	17.39	7	3.38	55	26.57
Casi siempre	16	7.73	34	16.43	0	0.00	50	24.15
Siempre	10	10.00	19	9.18	0	0.00	29	14.01
Total:	42	20.29	141	68.12	24	11.59	207	100.00

Fuente: Cuestionario.

$X^2_c = 32,446$

$NS = 0,000$

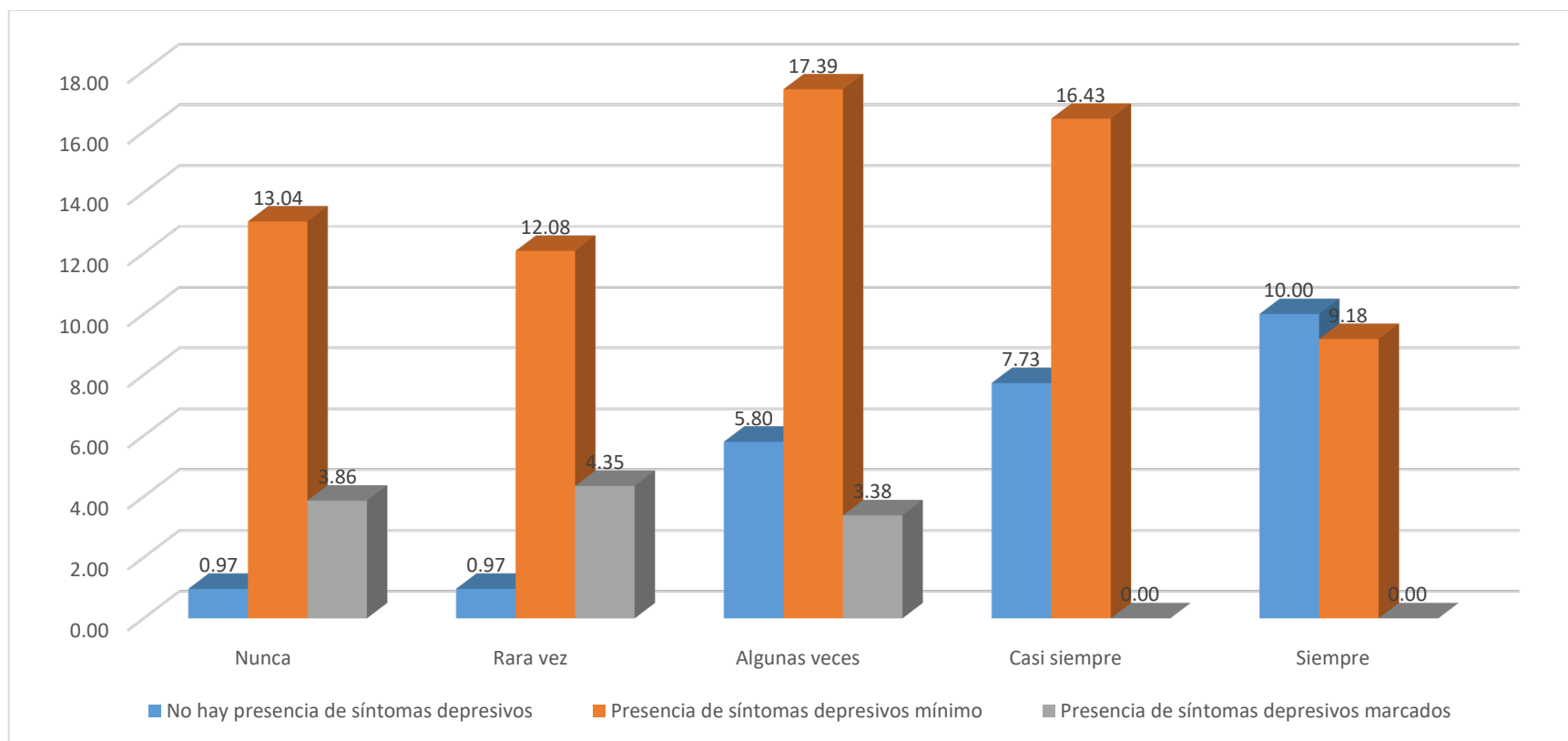
ES SIGNIFICATIVA

$X^2_t = 15,507$

$GI = 8$



TABLA 14.- TÉCNICA ASERTIVA Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.



Fuente: tabla 14.



El tercer objetivo específico planteado ha sido: Establecer las estrategias de afrontamiento y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa.

En la tabla y figura 14, se analiza la técnica asertiva y su relación con la depresión, donde observamos que el 26,57% algunas veces usa la técnica asertiva, el 24,15% casi siempre usa la técnica asertiva, el 17,87% nunca usa la técnica asertiva, el 17,39% rara vez usa la técnica asertiva, el 14,01% siempre usa la técnica asertiva.

De los estudiantes que presentan depresión con presencia de síntomas depresivos marcados el 4,35% rara vez usa la técnica asertiva, el 3,86% nunca usa la técnica asertiva, el 3,38% algunas veces usa la técnica asertiva.

Se trabajó con un error del 5% y una confianza del 95% con la prueba estadística del chi cuadrado, donde $X^2_c=32,446$ mayor que la $X^2_t=15,507$, $gl=8$, $NS=0,000$ es significativa, por lo tanto, la técnica asertiva y tiene relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa.

Según Muñoz et al, encontró que: habiendo utilizado el Inventario de Ansiedad de Beck y la Escala de Estrés Académico SISCO, mostraron que los estudiantes que tenían menos espacio presentaban intereses diferentes a los del campus principal también tenían más síntomas de ansiedad que los de los otros campus, existe una relación entre la ansiedad y el estrés académico entre los estudiantes que buscan una carrera y la cantidad de colocación en preescolar.



TABLA 15.- CONSTRUIR UN PLAN PARA LA RESOLUCIÓN DE ACTIVIDADES Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.

Construir un plan para la resolución de actividades	Nivel de depresión en estudiantes						Total	
	No hay presencia de síntomas depresivos		Presencia de síntomas depresivos mínimo		Presencia de síntomas depresivos marcados		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Nunca	2	0.97	22	10.63	7	3.38	31	14.98
Rara vez	2	0.97	39	18.84	9	4.35	50	24.15
Algunas veces	12	5.80	30	14.49	7	3.38	49	23.67
Casi siempre	16	7.73	31	14.98	0	0.00	47	22.71
Siempre	10	10.00	19	9.18	1	0.48	30	14.49
Total:	42	20.29	141	68.12	24	11.59	207	100.00

Fuente: Cuestionario.

$X^2_c = 30,534$

$NS = 0,000$

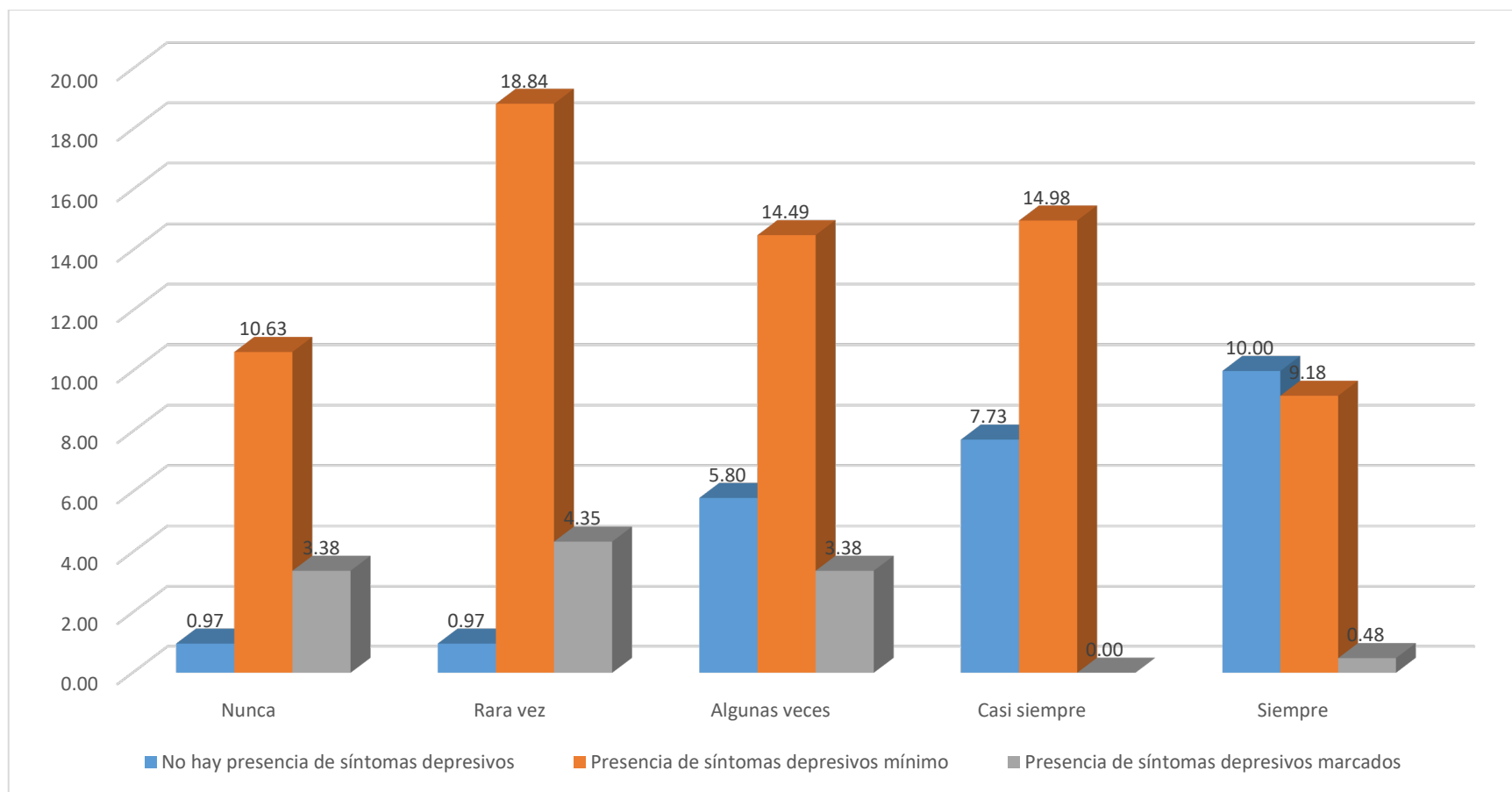
ES SIGNIFICATIVA

$X^2_t = 15,507$

$GI = 8$



FIGURA 15.- CONSTRUIR UN PLAN PARA LA RESOLUCIÓN DE ACTIVIDADES Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024



Fuente: tabla 15.



En la tabla y figura 15, se analiza el construir un plan para la resolución de actividades y su relación con la depresión, donde observamos que el 24,15% rara vez construye un plan para la resolución de actividades, el 23,67% algunas veces construye un plan para la resolución de actividades, el 22,71% casi siempre construye un plan para la resolución de actividades, 14,98% nunca construye un plan para la resolución de actividades, el 14,49% siempre construye un plan para la resolución de actividades.

De los estudiantes que presentan depresión con presencia de síntomas depresivos marcados el 4,35% rara vez construye un plan para la resolución de actividades, el 3,38% nunca construye un plan para la resolución de actividades, el 3,38% algunas veces construye un plan para la resolución de actividades, el 0,48% siempre construye un plan para la resolución de actividades.

Se trabajo con un error del 5% y una confianza del 95% con la prueba estadística del chi cuadrado, donde $X^2_c=30,534$ mayor que la $X^2_t=15,507$, $gl=8$, $NS=0,000$ es significativa, por lo tanto, el construir un plan para la resolución de actividades y tiene relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.

Según Alania C, Quinteros O, Corrales P. han encontrado que: la presión académica se evidencio en un 76,37 %, según dimensión: el afrontamiento activo se utiliza más en 70% de los casos, 55,46% revisión activa el 30% del tiempo y auto distracción, fue exitoso porque ayuda a los estudiantes a reconocer sus propias habilidades y destrezas para resolver problemas.



TABLA 16.- INVESTIGAR PARA DAR SOLUCIONES Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.

Investigar para dar soluciones	Nivel de depresión en estudiantes						Total	
	No hay presencia de síntomas depresivos		Presencia de síntomas depresivos mínimo		Presencia de síntomas depresivos marcados		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Nunca	0	0.00	14	6.76	10	4.83	24	11.59
Rara vez	0	0.00	20	9.66	9	4.35	29	14.01
Algunas veces	9	4.35	39	18.84	4	1.93	52	25.12
Casi siempre	18	8.70	47	22.71	0	0.00	65	31.40
Siempre	15	10.00	21	10.14	1	0.48	37	17.87
Total:	42	20.29	141	68.12	24	11.59	207	100.00

Fuente: Cuestionario.

$X^2_c = 60,701$

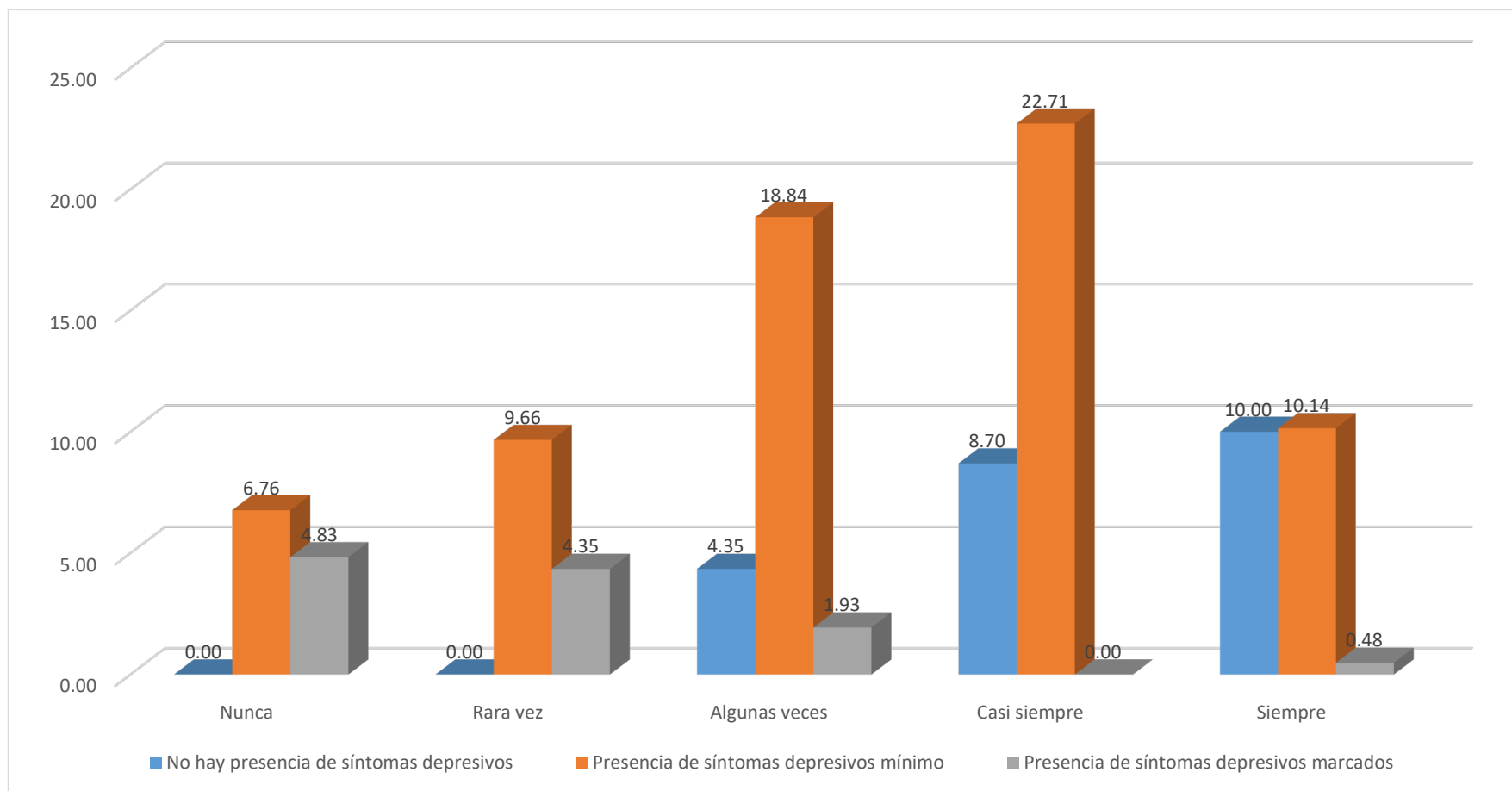
$NS = 0,000$

ES SIGNIFICATIVA

$X^2_t = 15,507$

$G/I = 8$

FIGURA 16.- INVESTIGAR PARA DAR SOLUCIONES Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.



Fuente: tabla 16.



En la tabla y figura 16, se analiza el investigar para dar soluciones y su relación con la depresión, donde observamos que el 31,40% casi siempre investiga para dar soluciones, el 25,12% algunas veces investiga para dar soluciones, el 17,87% siempre investiga para dar soluciones, el 14,01% rara vez investiga para dar soluciones, el 11,59% nunca investiga para dar soluciones.

De los estudiantes que presentan depresión con presencia de síntomas depresivos marcados el 4,83% nunca investiga para dar soluciones, el 4,35% rara vez investiga para dar soluciones, el 1,93% algunas veces investiga para dar soluciones, el 0,48% siempre investiga para dar soluciones.

Se trabajo con un error del 5% y una confianza del 95% con la prueba estadística del chi cuadrado, donde $X^2_c=60,701$ mayor que la $X^2_t=15,507$, $gl=8$, $NS=0,000$ es significativa, por lo tanto, el investigar para dar soluciones y tiene relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, 2024.

Córdova M. concluyó que: los estudiantes presentaron mayores niveles de manejo del estrés, con diferencias significativas entre sexo y edad, mostrando características homogéneas.

Ante situaciones diversas los estudiantes buscan soluciones para aminorar los problemas, es importante que los estudiantes tengan madurez para asumir la solución de sus problemas.



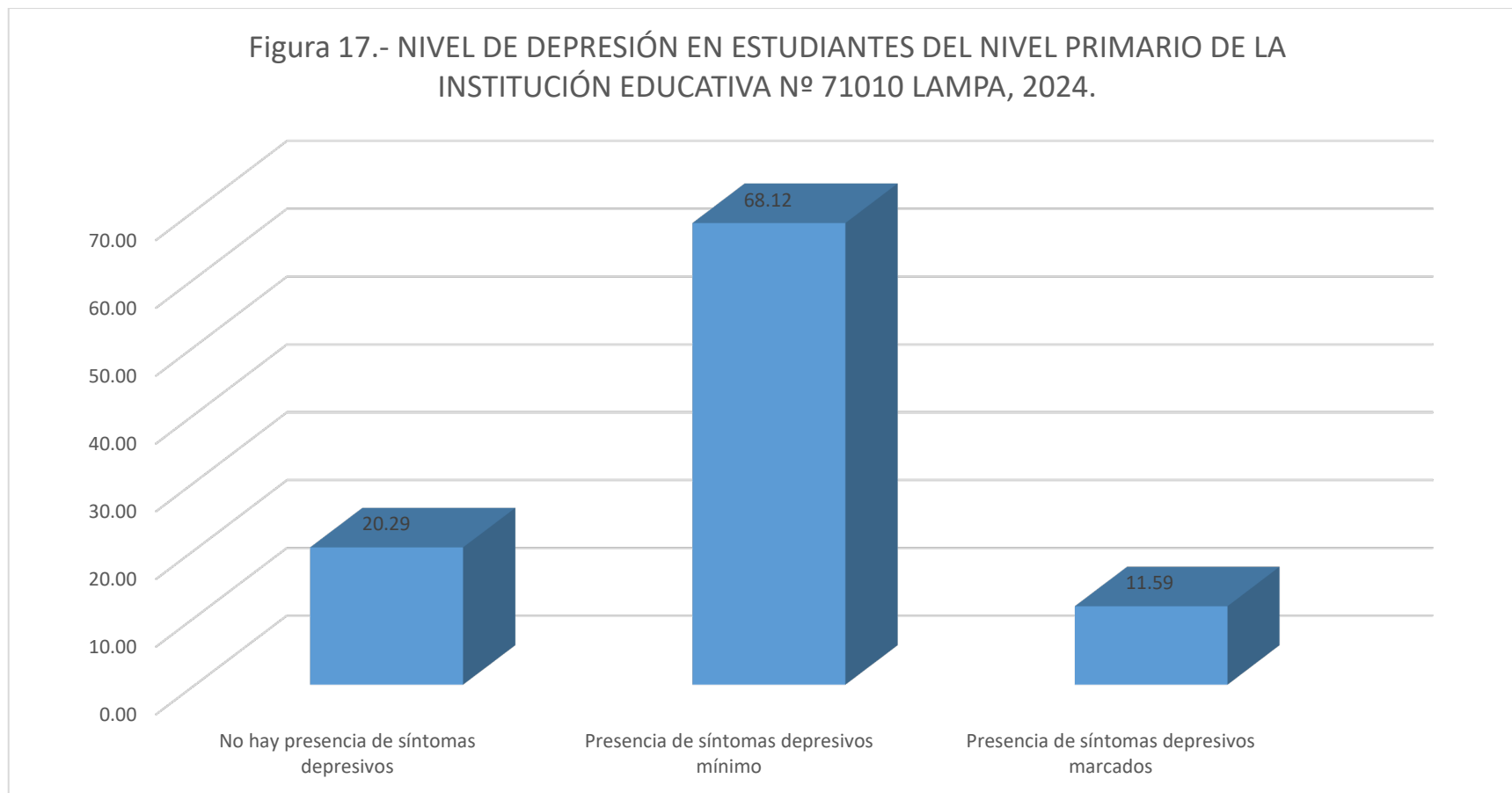
TABLA 17.- NIVEL DE DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.

	fi	%
No hay presencia de síntomas depresivos	42	20.29
Presencia de síntomas depresivos mínimo	141	68.12
Presencia de síntomas depresivos marcados	24	11.59
Total:	207	100.00

Fuente: Cuestionario.



FIGURA 17.- NIVEL DE DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, 2024.



Fuente: tabla 17.



El cuarto objetivo específico planteado ha sido: Identificar el nivel de depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa.

En la tabla y figura 17, se analiza el nivel de depresión en estudiantes del nivel primario, donde observamos que el 68,12% tiene presencia de síntomas depresivos mínimos, el 20,29% no hay presencia de síntomas depresivos, el 11,59% tiene presencia de síntomas depresivos marcados.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), la depresión es un trastorno mental extendido, caracterizado por un persistente estado de tristeza y una falta de interés en diversas actividades para lograr metas tanto inmediatas como futuras de forma recurrente, los cambios de humor o emoción por lo general van acompañados de cambios en los individuos afectados por la depresión sufren una reducción en su nivel general de actividad, un estado de ánimo deprimido, y tienen baja energía y actividad. Experimentan pérdida de placer, interés y concentración, y un esfuerzo mínimo a menudo resulta en una fatiga significativa, durante los períodos de disminución del apetito, el sueño suele verse perturbado. Además, la autoestima y la confianza tienden a disminuir con la depresión o la ansiedad, incluyendo sentimientos de culpa y de incapacidad son comunes. Aun en casos leves, el estado de ánimo bajo permanece constante de un día para otro y no se corresponde con la situación actual, y a menudo se acompaña de síntomas físicos y somáticos (melancólicos).



CONCLUSIONES.

PRIMERA: Se determinó que los aspectos del estrés académico que tienen relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024, son: los estresores académicos, los síntomas de estrés, las estrategias de afrontamiento, todas las variables son significativas con una $p < 0,05$, con lo cual aceptamos la hipótesis planteada.

SEGUNDA: Se identificó que los estresores académicos que tienen relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024, son: 29,09% rara vez tiene disputas con compañeros ($ns=0,000$), 21,26% nunca tiene recarga extra en actividades académicas ($ns=0,000$), 21,26% casi siempre el carácter del docente es complicado ($ns=0,000$), 28,50% rara vez tiene problemas con el horario de clases ($ns=0,000$), 67,63% nunca tiene falta de entendimiento en áreas académicas ($ns=0,000$), 31,88% algunas veces interviene en clases ($ns=0,000$), 65,22% nunca tiene escaso tiempo para el trabajo, todas las variables son significativas, con lo cual aceptamos la hipótesis planteada.

TERCERA Se reconoció que los síntomas del estrés académico que tienen relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024, son: 47,34% rara vez tiene alteración del sueño ($ns=0,000$), 35,27% rara vez está cansado ($ns=0,000$),



36,23% rara vez tiene inquietud y pena ($ns=0,000$), 45,89% nunca tiene dificultad de concentración ($ns=0,000$), 35,27% rara vez se aleja de los demás ($ns=0,000$), todas las variables son significativas, con lo cual aceptamos la hipótesis planteada.

CUARTA: Se estableció las estrategias de afrontamiento que tienen relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024 son: 26,57% algunas veces usa técnica asertiva ($ns=0,000$), 24,15% rara vez construye un plan para la resolución de actividades ($ns=0,000$), 31,40% casi siempre investiga para dar soluciones ($ns=0,000$), todas las variables son significativas con una $p<0,05$, con lo cual aceptamos la hipótesis planteada.

QUINTA: Se identificó el nivel de depresión en los estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, son: el 68,12% tiene presencia de síntomas depresivos mínimos, el 20,29% no hay presencia de síntomas depresivos, el 11,59% tiene presencia de síntomas depresivos marcados.



RECOMENDACIONES

PRIMERA: Al director de la Institución Educativa N° 71010 de Lampa, deberá de coordinar la contratación de un psicólogo para dicha institución con el objetivo de valorar los aspectos del estrés académico que tienen relación con la depresión en estudiantes del nivel primario, caso contrario coordinar con el Hospital de Lampa con el área de psicológica para que se pueda analizar los estresores académicos, los síntomas de estrés, las estrategias de afrontamiento, en los estudiantes.

SEGUNDA: A los docentes tutores de la Institución Educativa N° 71010 Lampa del nivel primario deberán de coordinar actividades de capacitación dirigidos por profesionales psicólogos para trabajar en los estresores académicos que tienen relación con la depresión en estudiantes de dicha institución con el objetivo de mejorar aspectos tanto académicos como de su estado de salud mental en los estudiantes y evitar problemas complicados de salud mental

TERCERA A los docentes que son responsables de la educación de los estudiantes tienen la responsabilidad de identificar oportunamente algunos síntomas del estrés académico que puedan afectar complicándose con la depresión en estudiantes, pudiendo afectar en la alteración del sueño, pudiendo mostrara cansancio, mostrarse inquietos y con mucha pena, especialmente mostrando dificultad de



concentración en horas de clase, se aleja de los demás compañeros, entre otros que pueden identificar los docentes durante la actividad académica, además de afectar en la salud mental en estudiantes.

CUARTA: A los profesionales psicólogos deberán de trabajar junto a los docentes en las estrategias de afrontamiento e identificar oportunamente problemas de estrés académico en los estudiantes mediante una evaluación exhaustiva con test que puedan identificar el estrés académico y la depresión, que muchas veces no se identifica oportunamente en los estudiantes pensando que no presentan dichos problemas por ser escolares, pero sin embargo representan un bolsón de riesgos afectando la salud no solamente mental sino también hasta biológica puesto que llegan a afrontar situaciones estresantes.

QUINTA: A los profesionales psicólogos deberán de realizar la evaluación integral de los estudiantes para determinar el nivel de estrés académico y depresión psicológica en los estudiantes del nivel primario de Lampa, para intervenir oportunamente en el tratamiento o actividades de prevención y de esta manera evitar problemas con complicaciones especialmente los suicidios o intentos de suicidio



BIBLIOGRAFÍA

1. Organización mundial de la salud. Situación de salud mental de la población adolescente; 2020. Obtenido de <https://www.who.int/es/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>
2. Silva M, López J, Meza E. Estrés académico en estudiantes universitarios. 2020. *researchgate*, 75-83. https://www.researchgate.net/publication/341793612_Estres_academico_en_estudiantes_universitarios
3. Estrada E, Mamani M, Gallegos N, Mamani H, Zuloaga M. Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *AVFT*. 2021 http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/22351
4. Villacruz L. Nivel de estrés en estudiantes de la escuela profesional de enfermería del 1ro al 4to año de la Universidad Nacional Federico Villarreal-Lima; 2019.
5. Quispe C. Nivel de estrés académico en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Independencia Nacional de la ciudad de Puno. 2019. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/RNAP_d1f36f12c769cc6b194a9360cb9a4d69
6. Llanos M. Estrés académico en tiempos de la pandemia COVID19 en los estudiantes del cuarto grado de la institución educativa secundaria José Ignacio Miranda INA 91 Juliaca – 2021.



http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/20955/Llano_s_Mamani_Milagros_Rosario.pdf?sequence=1&isAllowed=y

7. Blanco. Estrés académico y salud mental en estudiantes de medicina de la universidad de Santander de Bucaramanga en tiempos de pandemia COVID-19. Bucaramanga Floridablanca; 2021.
8. Montalvo. Estrés académico en los estudiantes del área salud caso en una universidad públicas; 2020
9. Cobiellas et al. Estrés académico y depresión mental en estudiantes de primer año de medicina”, en La Habana, Cuba; 2020.
10. Trunce et al. Niveles de Depresión, Ansiedad, Estrés y su Relación con el Rendimiento Académico en Estudiantes Universitarios” Universidad Nacional Autónoma de México; 2020
11. Muñoz et al. Relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes de octavo semestre que se encuentran desarrollando trabajo de grado y prácticas profesionales en una institución de educación superior del Valle de Aburrá”, del Tecnológico de Antioquia, en Medellín, Colombia; 2020.
12. Alania C, Quinteros O, Corrales P. en su estudio acerca de la “Estrategias de afrontamiento acerca del estrés académico en la población de los estudiantes de la académica preuniversitaria de la ciudad de Lima Metropolitana Heredia UPC Lima; 2019.
13. Córdova. Estilos de vida afrontamiento al estrés en los estudiantes caso de la universidad pública de la región lima metropolitana 2021.
14. Palomino R. Estrés académico y depresión en estudiantes universitarios de Psicología de una Universidad Privada, Huamanga; 2021



15. Espinoza. Estrés y depresión en el entorno académico - social en pandemia COVID-19 en estudiantes de odontología. Lima; 2020
16. Castañeda. Depresión, ansiedad y estrés en tiempos de pandemia, en los estudiantes de la Universidad Privada de Tacna. 2020.
17. Cruz P. Factores relacionados al nivel del estrés académico en la población de los estudiantes de la Universidad Agustín Unsa, de la ciudad de Arequipa; 2020.
18. Arredondo K, Ocoruro E. Capacidades de afrontamiento y el nivel de estrés académico en los estudiantes de la facultad de la especialidad de enfermería de la universidad nacional de San Agustín de Arequipa; 2020.
19. Perlacios. Factores Asociados al Estrés Académico en Estudiantes Universitarios, Puno; 2020.
20. Lazo A. Nivel de ansiedad y depresion asociado al confinamiento social por COVID 19 en adolescentes del 4to año de secundaria del colegio nuestra señora de fatima puno;2020
21. Maquera M. Depresión y estrés académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno; 2019.
22. Montalvo, Blanco, Cantillo, Castro, Downs, Romero. Estrés académico en los estudiantes del área de la salud en una universidad públicas. 2018.
23. Palomino, Zepeda, Castellón , Gutiérrez . Conflictos escolares como factor de riesgo en el rendimiento académico y deserción escolar. Revista RedCA, 2020.

file:///C:/Users/WINDOWS/Downloads/14703-217-57569-1-10-20200617.pdf



24. Barraza. El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. Avances de Psicología Latinoamericana. 2019.
25. González H. Estrategias de afrontamiento en el perfil descriptivo del estrés académico de los estudiantes universitarios. USAC Revista Científica del Sistema de Estudios de Postgrado de la Universidad de San Carlos de Guatemala. 2019
<https://revistasep.usac.edu.gt/index.php/RevistaSEP/article/view/14>
26. Gutiérrez N. Optimizar el rendimiento escolar: La importancia de revisar el horario de clases. Revista Linkelin, 2024.
<https://es.linkedin.com/pulse/optimizar-el-rendimiento-escolar-la-importancia-de-revisar-villegas-teige#:~:text=Rendimiento%20acad%C3%A9mico%3A%20Investigacion%20sugieren%20que,Jornada%20escolar%20continua%20vs.>
27. Bonilla Y, Ramírez M. El Desinterés Escolar de los Niños y Niñas de Transición, en la Institución Educativa INEDER y la Escuela El Puro – Patía, 2017.
<https://repositorio.uniautonoma.edu.co/bitstream/handle/123456789/123/T%20P-M%20215%202017.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
28. Mazo K, Mazariegos Y. Por qué los niños no participan en clase, 2015.
<https://reporteunifront.wordpress.com/2015/10/19/por-que-los-ninos-no-participan-en-clase/>
29. Tawalbeh E, Castaldo I. factores causales del estrés en los estudiantes universitarios. Artículo, 2015.
<https://www.aacademica.org/000-054/466.pdf>



30. Hiebert. Fundación Universitaria San Pablo CEU. La falta de sueño en niños y adolescentes reduce el rendimiento académico. ACP, 2022.
<https://www.colegioceumontepincipe.es/blog/la-falta-de-sueno-en-ninos-y-adolescentes-reduce-el-rendimiento-academico/>
31. Parrilla A, Puente D. El desarrollo de las unidades didácticas como innovación educativa para responder a la diversidad. Comunicación presentada en el VIII Congreso Europeo sobre la Calidad de la Educación Infantil. Santiago de Compostela. 1998
32. Ministerio de educación. Montejo E. La timidez en los niños, un factor que dificulta el aprendizaje escolar.
<http://200.23.113.51/pdf/23590.pdf>
33. Southwick S, Paige S, Morgan A, Bremner JD, Krystal JH, Charney D. Neurotransmitter Alterations in PTSD: Catecholamines and serotonin. *Seminars in clinical neuropsychiatry*, 4(4), 242–248. 1999.
doi:10.153/SCNP00400242
34. Martínez J. Estrategias didácticas para desarrollar la asertividad y favorecer la convivencia escolar en educación primaria.2023
<http://rixplora.upn.mx/jspui/bitstream/RIUPN/139743/4/2551%20-%20UPN092LPECIJO2023.pdf>
35. Fogg P. Grad-School Blues. *Chronicle of Higher Education*; 55, (24), B12-B16. 2009
36. Boullosa G. Estrés académico y afrontamiento en un grupo de estudiantes de una universidad privada de Lima. Lima. 2013



37. Ortega V. Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de segundo de secundaria de una institución educativa del Callao [Tesis de Grado]. Universidad San Ignacio de Loyola. 2012.
38. Horna R. Aprendiendo a disfrutar del estudio. Renalsa. 2009
39. Organización Mundial de la Salud. Salud mental del adolescente. 2018.
<https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/adolescent-mental-health>
40. Moreno J, Escobar V, Calderón T, Villamizar Y. Asociación entre depresión y rendimiento académico en un grupo de niños de la localidad de Usaquén. Psychology. Avances de la disciplina, 3 (1), 131-156. 2009.
41. Organización Mundial de la Salud. Depresión. 2021.
<https://www.who.int/topics/depression/es/>
42. Villa D. Principales tipos de depresión: el desafío médico que no encuentra consuelo. España: Elsevier. 2017. <https://www.elsevier.com/es-es/connect/actualidad-sanitaria/principalestipos-de-depresion-el-desafio-medico-que-no-encuentraconsuelo#:~:text=Trastorno%20depresivo%20recurrente%3A%20se%20caracteriza,un%20m%C3%ADnimo%20de%20dos%20se.>
43. Guadalupe S. Niveles de depresión infantil. 2015. Disponible en: <https://psicologosedomexico.wordpress.com/2015/01/28/depresion-leve-moderadoo-severo/>.
44. Pérez, Julián, Gardey. Definición de bienestar. 2013.
<https://definicion.de/bienestar/>
45. Oliveti S. Estrés académico en estudiantes que cursan primer año del ámbito universitario. Argentina: Universidad Abierta Interamericana. 2010.



46. Melgosa J. ¡Sin estrés! . Madrid, España: Safeliz. 2006.
47. Hernández R, Fernandez C, Baptista P. Metodología de la investigación (5° Edición). México, D.F.: Mc Graw Hill. 2017.



ANEXOS



ANEXO 1:

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: "EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, PUNO 2024"

Formulación del problema	Objetivos de la investigación	Hipótesis de la investigación	Variables	Dimensiones	indicadores	Metodología de la investigación
Problema general: ¿Cuál es la relación del estrés académico y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024?	Objetivo general: Determinar el nivel de estrés académico y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024.	Hipótesis Alternativa: H1. Existe relación significativa entre el estrés académico y la depresión en estudiantes del nivel primario en estudiantes de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024. H0. NO existe relación significativa entre el estrés académico y la depresión en estudiantes del nivel primario en estudiantes de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024.	Variable 1 Estrés académico	- Estresores académicos - Síntomas de estrés académico -Estrategias de afrontamiento	- No hay presencia de síntomas depresivos - Presencia de síntomas depresivos mínimos - Presencia de síntomas depresivos marcados	Enfoque de la investigación Cuantitativo
						Nivel de investigación: Investigación básica de nivel Relacional
Problemas específicos: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es el nivel de estresores académicos y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución 	Objetivos específicos: <ul style="list-style-type: none"> Identificar el nivel de estresores académicos y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario en estudiantes de la 	Hipótesis Específico: <ul style="list-style-type: none"> Existe relación significativa entre los estresores académicos y la depresión en estudiantes del nivel primario en estudiantes de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024. Existe relación significativa entre los síntomas del estrés 	Variable 2 Depresión infantil			Diseño de investigación: <ul style="list-style-type: none"> No experimental
						Técnicas: <ul style="list-style-type: none"> Variable 1: Encuesta



<p>Educativa N° 71010?</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo se manifiestan los síntomas del estrés académico en relación con la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010? • ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento frente a la depresión en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 71010? • ¿Cuál es el nivel de depresión en estudiantes del nivel primario de la institución educativa N°71010? 	<p>Institución Educativa N° 71010.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer los síntomas del estrés académico y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario en estudiantes de la Institución Educativa N° 71010. • Establecer las estrategias de afrontamiento y su relación con la depresión en estudiantes del nivel primario en estudiantes de la Institución Educativa N° 71010. • Identificar el nivel de depresión en estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 71010. 	<p>académico y la depresión en estudiantes del nivel primario en estudiantes de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la depresión en estudiantes del nivel primario en estudiantes de la Institución Educativa N° 71010 Lampa, Puno 2024. 				<ul style="list-style-type: none"> • Variable 2: Encuesta <p>Instrumentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuestionario de estrés académico SISCO SV. • Cuestionario de depresión infantil C.D.I
---	--	---	--	--	--	---



ANEXO 2:

ACTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

He sido informado/a por el Bachiller Yasmany Isidoro Orozco Benique, bachiller de psicología de la Universidad Andina Néstor Cáceres Velázquez que este cuestionario forma parte de su trabajo de tesis que estudia.

EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, PUNO 2024.

Es por ello que yo:

1. He sido debidamente informado/a del objetivo y la metodología de esta investigación.
2. Consiento libre y voluntariamente en colaborar en su trabajo.
3. Permito que el investigador utilice la información sin dar a conocer mi identidad.
4. He podido hacer las preguntas que he estimado necesarias a cerca de las razones de este estudio.
5. He sido informado/a que puedo retirar mi colaboración en cualquier momento, sea previo o durante la entrevista.
6. Si tengo alguna duda, o consulta puedo dirigirme con el investigador.

Firma del participante

Nombre y firma del tesista



**ANEXO 3
INSTRUMENTOS**

INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

A. Datos Sociodemográficas

Apreciado(a) Estudiante:

Esta es una encuesta anónima que permitirá conocer las condiciones sociodemográficas de estudiantes de nuestra casa de estudios. Le agradecemos rellenar de manera sincera posible, sus aportes servirán para realizar el trabajo investigativo de forma correcta. No hay respuestas malas ni buenas, todas son necesarias.

CARACTERÍSTICAS PERSONALES:

- 1. Edad: _____ años
- 2. Sexo: (1) Masculino: _____ (2) Femenino: _____

B. Estrés académico

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

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



11. Exposición de un tema ante la clase.					
12. La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores/as.					
13. Que mis profesores/as están mal preparados/as (contenido de la asignatura y/o manejo de tecnología).					
14. Asistir o conectarme a clases aburridas o monótonas.					
15. No entender los temas que se abordan en la clase.					
Síntomas de estrés académico	1	2	3	4	5
16. Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla).					
17. Fatiga crónica (cansancio permanente).					
18. Dolores de cabeza o migrañas.					
19. Problemas de digestión, dolor de estómago o diarrea.					
20. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
21. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
22. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
23. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).					
24. Depresión (nerviosismo), angustia o desesperación.					
25. Dificultades para concentrarse.					
26. Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.					
27. Conflictos o tendencia a polemizar, contradecir, discutir o pelear.					
28. Aislamiento de los demás.					
29. Desgano para realizar las labores académicas.					
30. Aumento o reducción del consumo de alimentos.					
Estrategias de afrontamiento	1	2	3	4	5
31. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
32. Escuchar música o distraerme viendo televisión.					
33. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa.					
34. Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa.					
35. La religiosidad (encomendarse a Dios o asistir a misa).					
36. Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa.					
37. Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos.					
38. Contar lo que me pasa a otros. (verbalización de la situación que preocupa).					
39. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.					
40. Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante.					
41. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.					
42. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucioné.					



43. Hacer ejercicio físico.					
44. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.					
45. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.					
46. Navegar en internet.					
47. Jugar videojuegos.					



FICHA TÉCNICA

Nombre de la prueba	: Inventario de Estrés Académico SISCO SV
Autor y año	: Arturo Barraza Macías, 2018
Adaptación	: Adaptado por Alania Contreras, Rubén Darío; Llancari Morales, Rosario Ana; Rafaele de la Cruz, Mauro y Ortega Revolo, Daniela Isabel Dayan en el año 2020
Objetivo	: Evaluar el grado de estrés académico que tienen los estudiantes Universitarios
Administración	: Individual y/o colectiva
Tiempo	: 10 a 15 minutos aproximadamente
Descripción	: Compuesto por 47 ítems, los dos primeros se consideran preguntas de prueba. Con tres dimensiones: Estresores, síntomas y estrategia de afrontamiento. Unidad de medida: puntaje politómico (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) y dicotómico para el reactivo 1 (si y no). Escala de puntuación: ordinal (0, 1, 2 y 3). Para la adaptación del instrumento, se agregó dos ítems a la dimensión "estrategia de afrontamiento del estrés (Jugar videojuegos y Navegar en internet), ya que esos hábitos se han incrementado durante el estado de confinamiento obligatorio, a su vez se hizo la adaptación del lenguaje de algunos ítems con respecto al contexto cultural de la muestra.
Validez	: Para la Validez de dicho instrumento se hizo la consulta a 20 expertos de diferentes áreas, como: la psicología, educación, investigación y estadística, los resultados del inventario adaptado al contexto de la crisis actual indica una validez genérica y específica de contenido, según el coeficiente de concordancia V de Aiken, con índices superiores a 0.75. Al momento de evaluar el instrumento, se obtuvo coeficientes de correlación r de Pearson corregida mayores a 0.2.
Confiabilidad	: La confiabilidad del instrumento alcanzó el coeficiente alfa de Cronbach de 0.9248 para la dimensión estresores, 0.9518 para la dimensión síntomas y 0.8837 para la dimensión estrategias de afrontamiento (confiabilidad excelente).



INVENTARIO C.D.I

(ADAPTACIÓN Y ESTANDARIZACIÓN: EDMUNDO ARÉVALO LUNA - 2008)

INSTRUCCIONES: Ese es un cuestionario que tiene oraciones que están en grupos de tres. Escoge de cada grupo, una oración, la que mejor diga cómo te has portado, como te has sentido o que has sentido en las ÚLTIMAS DOS SEMANAS, luego coloca una marca como una "X" en los espacios que correspondan. No hay respuesta correcta ni falsa, solo trata de contestar con la mayor sinceridad, lo que es cierto para ti. Aquí tienes un ejemplo:

- A. Siempre leo libros
- B. Algunas veces leo libros
- C. Nunca leo libros

1	A. Rara veces me siento triste B. Muchas veces me siento triste C. Me siento triste todo el tiempo	2	A. Las cosas me van a salir bien B. No estoy seguro si las cosas me van a salir bien C. Nada me va a salir bien
3	A. Hago la mayoría de las cosas bien B. Hago muchas cosas mal C. Todo lo hago mal	4	A. Muchas cosas me divierten B. Algunas cosas me divierten. C. Nada me divierte
5	A. Rara veces soy malo B. Soy malo muchas veces C. Soy malo todo el tiempo	6	A. Rara vez pienso que me van a pasar cosas malas B. Me preocupa que puedan pasarme cosas malas C. Estoy seguro que me pasarán cosas malas
7	A. Me gusto a mí mismo B. No me gusto a mí mismo C. Me odio a mí mismo	8	A. Generalmente no tengo la culpa de las cosas malas B. Tengo la culpa de muchas cosas malas C. Tengo la culpa de todas las cosas malas
9	A. Nunca he pensado en matarme B. A veces pienso en matarme pero no lo haría C. Quiero matarme	10	A. Rara vez tengo ganas de llorar B. Muchos días me dan ganas de llorar C. Siento ganas de llorar todos los días
11	A. Rara vez me molesta algo B. Las cosas me molestan muchas veces C. Las cosas me molestan todo el tiempo	12	A. Me gusta estar con la gente. B. Muchas veces no me gusta estar con la gente. C. Nunca me gusta estar con la gente.
13	A. Me decido fácilmente por algo cuando quiero B. Es difícil para mí decidirme por algo	14	A. Me veo bien B. Hay algunas cosas malas en mi apariencia C. Me veo horrible



	C.No puedo decidirme por algo		
15	A. Hacer las tareas del colegio no es problema B. Muchas veces me cuesta esfuerzo hacer las tareas del colegio C. Todo el tiempo me cuesta mucho esfuerzo hacer tareas del colegio	16	A. Duermo muy bien B. Varias noches tengo problemas Para dormir C. Todas las noches tengo problemas para dormir
17	A.Rara vez me siento cansado B. Muchos días me siento cansado C. Todo el tiempo me siento cansado	18	A. Como muy bien B. Varios días no tengo ganas de comer C. La mayoría de los días no tengo ganas de comer
19	A. No me preocupa el dolor ni la enfermedad. B. Varias veces me preocupa el dolor y la enfermedad. C. Siempre me preocupa el dolor y la enfermedad.	20	A. No me siento sólo B. Muchas veces me siento solo C. Todo el tiempo me siento solo
21	A. Me divierto en colegio muchas veces B. Me divierto en el colegio sólo de vez en cuando. C. Nunca me divierto en el colegio	22	A. Tengo muchos amigos B. Tengo algunos amigos, pero me gustaría tener más. C. No tengo amigos
23	A. Mi rendimiento en el colegio es bueno B. Mi rendimiento en el colegio no es tan bueno como antes C. Mi rendimiento en el colegio es malo	24	A. Soy tan bueno como otros alumnos B. Puedo ser tan bueno como otros alumnos, si yo quisiera C. Nunca podre ser tan bueno como otros alumnos
25	A. Estoy seguro que hay personas que me quieren B. No estoy seguro si alguien me quiere C. Nadie me quiere realmente	26	A. Generalmente hago caso a lo que me dicen B. Muchas veces no hago caso a lo que me dicen C. Nunca hago caso a lo que me dicen
27	A. Me llevo bien con la gente. B. Me peleo muchas veces. C. Me peleo siempre.		



FICHA TÉCNICA CHILDREN'S DEPRESSION INVENTORY C.D.I

Los inventarios a diferencia de cuestionario se centran en identificar datos sobre características específicas, siendo menos extenso encontrándose orientado a evaluar un aspecto determinado (Sánchez y Reyes, 2015, p.165).

Alarcón (2013) menciona que el fin de la construcción o adaptación de un test, es de desarrollar instrumentos de medición que cumplan con la "validez" y "confiabilidad", siendo buenos predictores de la conducta (p.224).

Nombre original:	Children's Depression Inventory C.D.I
Nombre en español:	Inventario de Depresión Infantil C.D.I
Autora:	Maria Kovacs
Aparición:	1977
Procedencia:	Canadá
Adaptación e estandarización:	Edmundo Arévalo Luna (2008)
Administración:	Individual y colectiva
Ámbito de aplicación:	Niños y adolescentes de 8 a 16 años
Finalidad:	Evaluar sintomatología depresiva en los niños y adolescentes.
Áreas que mide:	El inventario de depresión infantil permite examinar dos dimensiones teóricas presentadas dentro de los síntomas de depresión que son: Estado de ánimo disfórico Ideas de autodesprecio
Normas de calificación:	Para la calificación de la prueba se tiene en cuenta las puntuaciones directas que se han obtenido de las dimensiones, teniendo de base las siguientes puntuaciones: Marca la letra A puntúa como 0; Marca la letra B puntúa 1 punto; Marca la letra C se puntúa como 2 puntos.
Duración:	Tiempo aproximado de 15 a 20 minutos



ANEXO 04: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

Yo,con DNI N°....., ostento el grado de y ejerzo la carrera profesional enpor medio de la presente hago constar: Que he revisado con fines de validación, el instrumento.

“EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 71010 LAMPA, PUNO 2024“que será aplicado en el presente año el desarrollo de la investigación del bachiller YASMANY ISIDORO OROZCO BENIQUE.

Luego de hacer las verificaciones pertinentes puedo formular las siguientes apreciaciones:

EVALUACION DEL INSTRUMENTO

N°	INDICADORES	VALORES				
		1	2	3	4	5
1	El instrumento presenta coherencia con el problema de investigación.					
2	El instrumento evidencia el problema.					
3	El problema guarda relación con los objetivos propuestos con la investigación.					
4	El instrumento facilita la comprobación de la hipótesis que se plantea en la investigación.					
5	Los indicadores son correctos para cada dimensión.					
6	La redacción de los ítems es clara y apropiada para cada dimensión.					
7	En general, el instrumento permite un mensaje ágil de la información.					

1=DEFICIENTE 2=REGULAR 3=BUENO 4=EXCELENTE

Observaciones:

Juliaca.....de.....del 2024



BASE DE DATOS.

resultados.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	disputa	Numérico	8	0	disputa acade...	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
2	recarga	Numérico	8	0	recarga de activ...	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
3	caracter	Numérico	8	0	caracter compli...	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
4	problema	Numérico	8	0	problema de ho...	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
5	falta	Numérico	8	0	falta de entendi...	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
6	intervencion	Numérico	8	0	intervencion en ...	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
7	escaso	Numérico	8	0	escaso plazo p...	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
8	sueño	Numérico	8	0	alteracion en el...	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
9	cansancio	Numérico	8	0	cansancio	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
10	inquietud	Numérico	8	0	inquietud y pena	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
11	concentracion	Numérico	8	0	dificultad en la ...	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
12	alejarse	Numérico	8	0	alejarse de los ...	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
13	asertiva	Numérico	8	0	tecnica asertiva	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
14	construirplan	Numérico	8	0	construir un pla...	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
15	investigacion	Numérico	8	0	invsetigacion	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
16	seccion	Numérico	8	0	seccion	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
17	depresion	Numérico	8	0	depresion	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
18	estres	Numérico	8	0	Estres academi...	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
19											
20											
21											



resultados.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	disputa	recarga	caracter	problema	falta	intervencion	escaso	sueño	cansancio	inquietud	concentracion	alejarse	asertiva	construirplan	investigacion	seccion	depression	estres
1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	5	5	5	1	1	1
2	5	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	5	5	5	1	1	1
3	5	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	5	5	5	1	1	1
4	5	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	5	5	5	1	1	1
5	5	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	5	5	5	1	1	1
6	4	4	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	5	5	5	1	1	1
7	4	4	1	1	1	5	1	2	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1
8	4	4	3	1	1	4	1	1	1	1	1	1	5	5	5	1	1	1
9	3	3	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1
10	2	2	1	3	3	4	3	2	2	2	2	2	4	4	4	1	1	1
11	3	3	2	1	1	5	1	1	1	1	1	1	4	4	4	1	1	2
12	4	4	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	3	3	3	1	1	2
13	2	2	2	1	1	5	1	1	1	1	1	1	4	4	4	1	1	2
14	3	3	3	1	1	4	1	2	2	2	2	2	4	4	4	1	1	2
15	5	5	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	4	4	4	1	1	2
16	2	2	2	1	1	5	1	2	2	2	2	2	4	4	4	1	1	2
17	3	3	1	3	3	5	3	2	2	2	2	2	3	3	3	1	1	2
18	3	3	1	1	1	3	1	2	2	2	2	2	3	3	3	1	1	2
19	5	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	4	4	4	1	1	2
20	4	4	2	1	1	5	1	2	2	2	2	2	4	4	4	1	1	2
21	4	4	4	1	1	4	1	2	2	2	2	2	3	3	3	1	1	2
22	3	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	4	4	4	1	1	2
23	2	2	1	1	1	5	1	3	3	3	3	3	4	4	4	1	1	2
24	3	3	1	3	3	4	3	1	1	1	1	1	4	4	4	1	1	2
25	5	5	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	4	4	4	2	1	2
26	3	3	3	3	1	3	1	2	1	1	1	1	4	4	4	2	1	2
27	5	5	1	2	1	4	1	2	1	1	1	1	3	3	3	2	1	2
28	3	3	1	2	1	3	1	2	1	1	1	1	5	5	5	2	1	2
29	2	2	2	3	1	4	1	2	1	1	1	1	3	3	3	2	1	2
30	4	4	3	2	1	5	1	2	1	1	1	1	4	4	4	2	1	2
31	2	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	1	3	3	3	2	1	2
32	2	2	1	2	1	3	1	2	2	2	2	2	3	3	5	2	1	2
33	2	2	2	2	1	3	1	2	1	1	1	1	3	3	5	2	1	2
34	4	4	1	3	1	5	1	2	1	1	1	1	2	2	5	2	1	2
35	2	2	1	2	3	2	1	2	2	2	2	2	1	1	5	2	1	2
36	4	4	2	2	1	3	1	2	1	1	1	1	2	2	5	2	1	2

Vista de datos Vista de variables



resultados.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	disputa	recarga	caracter	problema	falta	intervencion	escaso	sueño	cansancio	inquietud	concentracion	alejarse	asertiva	construirplan	investigacion	seccion	depression	estres	var
34	4	4	1	3	1	5	1	2	1	1	1	1	2	2	5	2	1	2	
35	2	2	1	2	3	2	1	2	2	2	2	2	1	1	5	2	1	2	
36	4	4	2	2	1	3	1	2	1	1	1	1	2	2	5	2	1	2	
37	4	4	5	2	1	4	1	1	1	1	1	1	4	4	5	2	1	2	
38	3	3	5	2	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	2	
39	2	2	4	3	1	3	1	1	2	2	2	1	3	3	5	2	1	2	
40	3	3	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	5	5	4	2	1	2	
41	5	5	1	2	1	4	1	2	2	2	2	1	5	5	4	2	1	2	
42	5	5	3	2	3	3	1	1	2	2	2	1	3	3	4	2	1	2	
43	3	3	5	5	1	3	1	1	2	2	2	2	5	5	3	2	2	2	
44	5	1	4	2	1	3	3	2	1	1	1	1	4	4	4	2	2	2	
45	2	4	1	2	1	3	1	1	2	2	2	1	4	4	4	2	2	2	
46	3	5	4	1	1	5	1	1	2	2	2	2	4	4	4	2	2	2	
47	2	1	3	2	1	2	1	1	1	1	1	1	3	3	4	3	2	2	
48	2	3	3	4	1	5	1	2	3	3	3	1	4	4	3	3	2	2	
49	4	1	2	2	3	2	1	1	1	1	1	1	4	4	3	3	2	2	
50	1	4	3	2	2	3	1	2	2	2	2	2	4	4	4	3	2	2	
51	4	4	4	2	1	5	3	2	2	2	1	1	4	4	4	3	2	2	
52	5	1	5	1	1	5	1	2	2	2	1	2	3	3	3	3	2	2	
53	4	3	1	1	1	5	1	1	2	2	1	2	3	3	4	3	2	2	
54	1	4	4	2	1	4	1	2	2	2	1	2	4	4	4	3	2	2	
55	1	3	1	3	1	5	1	2	2	2	1	1	4	4	4	3	2	2	
56	1	3	2	4	1	5	1	1	2	2	1	2	3	3	4	3	2	2	
57	2	3	5	2	1	3	1	3	2	2	2	2	4	4	4	3	2	2	
58	2	3	3	3	1	5	3	1	2	1	1	1	4	4	3	3	2	2	
59	5	2	5	3	1	5	2	2	2	5	1	3	4	4	5	3	2	2	
60	3	2	2	2	3	4	1	2	3	5	2	1	4	4	3	3	2	2	
61	3	1	1	1	1	3	1	2	5	4	1	2	4	4	4	3	2	2	
62	3	4	5	1	1	5	1	2	3	5	1	1	3	3	3	3	2	2	
63	1	2	5	2	1	4	1	2	2	2	1	1	5	5	3	3	2	2	
64	4	5	5	1	1	3	1	2	5	2	2	1	3	3	3	3	2	2	
65	4	1	3	2	1	3	1	2	1	2	1	1	4	4	2	3	2	2	
66	4	2	5	2	1	4	1	2	4	5	2	1	3	3	5	3	2	2	
67	3	1	5	3	3	3	1	2	2	2	2	1	3	3	5	3	2	2	
68	3	1	4	3	1	4	1	2	3	5	2	2	3	3	5	3	2	2	
69	4	2	3	2	1	5	3	2	5	2	1	1	2	2	5	4	2	2	

Vista de datos Vista de variables



resultados.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	disputa	recarga	caracter	problema	falta	intervencion	escaso	sueño	cansancio	inquietud	concentracion	alejarse	asertiva	construirplan	investigacion	seccion	depression	estres	var
67	3	1	5	3	3	3	1	2	2	2	2	1	3	3	5	3	2	2	
68	3	1	4	3	1	4	1	2	3	5	2	2	3	3	5	3	2	2	
69	4	2	3	2	1	5	3	2	5	2	1	1	2	2	5	4	2	2	
70	1	1	4	1	1	3	1	2	2	3	2	1	1	1	5	4	2	2	
71	1	1	2	5	1	3	3	2	4	4	2	2	1	1	5	4	2	2	
72	2	2	4	1	1	3	1	1	5	1	1	1	5	5	3	4	2	2	
73	3	5	5	1	1	5	2	1	1	4	3	1	2	3	5	4	2	2	
74	3	2	2	2	3	2	1	1	5	3	1	1	1	2	4	4	2	2	
75	1	3	2	2	1	3	1	1	1	3	2	1	3	4	4	4	2	2	
76	1	1	5	3	1	4	1	2	2	3	1	1	1	2	4	4	2	2	
77	2	2	5	2	1	5	1	1	3	5	1	1	3	2	3	4	2	2	
78	4	5	2	2	1	3	1	1	2	4	1	1	5	2	4	4	2	2	
79	4	5	5	2	1	3	1	2	4	5	1	2	3	2	4	4	2	2	
80	4	1	2	1	1	4	1	1	4	3	1	1	1	5	4	4	2	2	
81	5	1	4	4	1	3	1	1	1	3	1	1	4	2	4	4	2	2	
82	2	4	4	2	1	3	1	1	5	2	2	2	3	3	3	4	2	2	
83	3	2	4	4	1	3	3	2	1	5	1	1	3	2	3	4	2	2	
84	1	3	2	3	3	3	1	1	5	2	1	1	3	1	4	4	2	2	
85	5	4	1	3	1	4	1	2	1	2	2	1	5	2	4	4	2	2	
86	3	3	1	2	1	3	1	2	2	5	1	2	3	5	3	4	2	2	
87	4	5	4	3	1	4	1	2	2	2	1	1	4	3	4	4	2	2	
88	4	4	4	3	1	2	1	1	1	4	1	2	5	4	4	5	2	2	
89	3	4	4	3	1	3	1	2	3	4	2	2	2	3	4	5	2	2	
90	4	1	3	2	1	4	3	2	3	5	1	2	5	3	4	5	2	2	
91	3	4	1	2	3	4	1	1	1	4	2	1	1	4	4	5	2	2	
92	5	3	5	2	1	5	1	3	2	3	2	2	5	4	3	5	2	2	
93	3	4	3	2	1	5	1	1	5	5	2	2	4	1	5	5	2	2	
94	4	3	5	3	1	3	1	2	4	5	1	1	3	5	3	5	2	2	
95	3	2	5	2	1	5	1	2	3	1	2	3	2	1	4	5	2	2	
96	1	2	2	2	1	5	1	1	1	1	1	1	4	2	3	5	2	2	
97	1	1	3	3	1	4	3	1	5	2	1	2	2	2	3	5	2	2	
98	1	5	3	3	3	3	2	1	4	2	1	1	3	2	3	5	2	2	
99	5	1	4	3	2	5	1	1	5	4	1	1	1	2	2	5	2	2	
100	5	2	2	1	3	4	1	2	2	3	1	1	5	4	1	5	2	2	
101	5	5	1	3	2	3	1	1	4	4	1	1	4	4	2	5	2	2	
102	1	3	1	3	2	3	1	1	5	3	2	1	2	1	4	5	2	2	

Vista de datos Vista de variables



resultados.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	disputa	recarga	caracter	problema	falta	intervencion	escaso	sueño	cansancio	inquietud	concentracion	alejarse	asertiva	construirplan	investigacion	seccion	depression	estres
103	2	5	3	3	3	4	1	2	1	3	1	1	1	5	1	6	2	2
104	5	4	4	3	2	3	1	1	5	2	1	2	2	5	3	6	2	2
105	2	3	5	3	1	4	1	1	5	2	2	1	5	1	5	6	2	2
106	4	2	3	4	2	5	1	1	4	5	1	1	4	2	5	6	2	2
107	4	2	2	3	4	3	1	2	2	1	1	2	1	5	3	6	2	2
108	2	4	1	3	1	3	5	1	3	5	1	1	4	5	5	6	2	2
109	5	4	5	1	1	3	1	2	5	4	2	3	4	3	4	6	2	2
110	5	5	3	3	1	5	3	2	5	1	1	1	1	5	4	6	2	2
111	4	2	3	1	2	2	1	2	4	1	2	5	3	2	4	6	2	2
112	2	1	5	2	1	3	1	1	2	2	2	2	3	2	3	6	2	2
113	2	1	5	1	3	4	1	2	4	4	2	5	5	4	4	6	2	2
114	1	3	2	3	1	5	1	2	3	1	1	2	4	4	4	6	2	2
115	3	1	3	3	1	3	1	1	1	4	2	2	4	4	4	6	2	2
116	5	4	2	3	1	3	1	3	5	4	2	4	2	4	4	6	2	2
117	4	2	2	3	1	4	1	1	1	2	1	3	2	3	3	1	2	2
118	1	2	3	3	1	3	1	2	3	4	3	4	2	1	3	1	2	2
119	2	5	1	4	1	3	1	1	4	3	1	2	3	1	4	1	2	2
120	3	1	2	3	1	3	1	1	3	1	2	2	3	4	4	1	2	2
121	2	1	2	2	1	4	1	1	3	3	1	4	3	2	3	1	2	2
122	4	5	4	1	1	1	3	1	3	4	1	1	3	1	4	1	2	2
123	4	5	2	1	3	1	1	2	2	4	1	4	3	5	4	1	2	2
124	3	1	4	2	1	4	1	1	4	2	1	3	5	5	4	1	2	2
125	3	3	3	5	1	5	1	1	2	5	1	1	2	4	4	1	2	2
126	5	1	4	5	1	1	1	2	2	5	1	2	1	2	4	1	2	2
127	3	5	5	3	1	5	1	1	3	4	2	1	5	5	3	2	2	2
128	4	5	1	1	1	5	1	1	5	3	1	1	4	1	5	2	2	2
129	4	4	4	3	1	3	3	1	1	3	1	2	1	5	3	2	2	2
130	1	4	5	1	3	4	1	2	5	3	2	1	3	5	4	2	2	2
131	2	5	5	4	1	2	1	1	5	2	1	4	1	4	3	2	2	3
132	3	5	2	4	1	3	1	2	4	2	1	3	3	4	3	2	2	3
133	5	2	2	1	1	2	1	2	5	3	1	2	1	2	3	2	2	3
134	2	4	1	3	1	2	1	2	2	5	2	1	4	2	2	2	2	3
135	4	4	5	2	1	3	1	1	3	2	1	2	1	5	1	2	2	3
136	3	4	4	2	1	5	3	2	1	2	2	2	1	3	1	2	2	3
137	3	4	1	3	3	2	2	2	1	3	2	2	1	5	5	2	2	3
138	3	1	4	1	2	3	1	1	1	1	2	3	4	1	1	2	2	3

Vista de datos Vista de variables



resultados.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	disputa	recarga	caracter	problema	falta	intervencion	escaso	sueño	cansancio	inquietud	concentracion	alejarse	asertiva	construirplan	investigacion	seccion	depression	estres
127	3	5	5	3	1	5	1	1	3	4	2	1	5	5	3	2	2	2
128	4	5	1	1	1	5	1	1	5	3	1	1	4	1	5	2	2	2
129	4	4	4	3	1	3	3	1	1	3	1	2	1	5	3	2	2	2
130	1	4	5	1	3	4	1	2	5	3	2	1	3	5	4	2	2	2
131	2	5	5	4	1	2	1	1	5	2	1	4	1	4	3	2	2	3
132	3	5	2	4	1	3	1	2	4	2	1	3	3	4	3	2	2	3
133	5	2	2	1	1	2	1	2	5	3	1	2	1	2	3	2	2	3
134	2	4	1	3	1	2	1	2	2	5	2	1	4	2	2	2	2	3
135	4	4	5	2	1	3	1	1	3	2	1	2	1	5	1	2	2	3
136	3	4	4	2	1	5	3	2	1	2	2	2	1	3	1	2	2	3
137	3	4	1	3	3	2	2	2	1	3	2	2	1	5	5	2	2	3
138	3	1	4	1	2	3	1	1	1	1	2	3	4	1	1	2	2	3
139	5	1	3	2	1	4	1	3	2	2	1	2	5	1	2	3	2	3
140	1	4	5	4	1	2	1	1	1	1	2	2	5	4	3	3	2	3
141	5	4	1	1	1	2	1	2	1	1	2	4	1	2	5	3	2	3
142	2	5	2	4	1	2	1	2	2	2	1	3	4	1	5	3	2	3
143	5	5	4	1	1	1	1	2	1	1	3	5	4	3	4	3	2	3
144	4	3	3	3	1	1	1	2	4	4	1	2	2	4	3	3	2	3
145	5	5	4	2	1	2	1	1	3	3	2	2	1	2	2	3	2	3
146	2	3	5	2	1	4	1	1	2	2	2	4	4	3	5	3	2	3
147	3	1	3	2	1	1	2	1	1	1	2	2	5	3	2	3	2	3
148	4	3	2	4	3	3	1	1	2	2	2	2	4	2	2	3	2	3
149	5	5	3	2	1	3	1	2	2	2	2	4	5	2	1	3	2	3
150	2	1	3	1	1	4	2	1	2	2	2	2	2	3	4	3	2	3
151	3	5	4	1	1	3	2	1	3	3	2	5	3	2	5	4	2	3
152	2	2	3	2	1	4	2	2	2	2	2	3	5	2	1	4	2	3
153	5	1	5	1	1	5	1	1	2	2	1	2	5	1	3	4	2	3
154	1	3	2	3	1	4	1	1	4	4	5	3	3	2	1	4	2	3
155	2	2	2	5	3	1	2	1	3	3	5	2	1	3	3	4	2	3
156	2	2	5	3	1	3	2	2	5	5	4	4	4	3	4	4	2	3
157	1	5	4	4	1	3	2	1	2	2	5	5	3	2	1	4	2	3
158	1	2	2	4	1	4	2	2	2	2	2	5	2	3	5	4	2	3
159	2	5	2	2	1	2	1	2	4	4	2	5	1	1	3	4	2	3
160	3	1	1	3	1	1	2	2	2	2	4	3	1	2	1	4	2	3
161	4	2	5	5	1	4	2	1	2	2	3	5	1	3	5	4	2	3
162	2	1	4	2	3	5	1	2	4	4	3	2	1	1	4	4	2	3

Vista de datos Vista de variables



resultados.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	disputa	recarga	caracter	problema	falta	intervencion	escaso	sueño	cansancio	inquietud	concentracion	alejarse	asertiva	construirplan	investigacion	seccion	depresion	estres
160	3	1	1	3	1	1	2	2	2	2	4	3	1	2	1	4	2	3
161	4	2	5	5	1	4	2	1	2	2	3	5	1	3	5	4	2	3
162	2	1	4	2	3	5	1	2	4	4	3	2	1	1	4	4	2	3
163	2	5	5	4	2	2	1	2	2	2	1	5	4	1	2	4	2	3
164	1	5	3	2	3	4	2	1	5	5	3	4	2	3	2	4	2	3
165	4	2	1	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	4	2	3
166	2	3	4	1	2	4	3	1	2	2	5	5	3	2	3	5	2	3
167	3	4	3	1	3	3	4	2	3	3	3	2	1	2	3	5	2	3
168	4	5	1	4	2	2	1	2	2	2	5	2	3	3	2	5	2	3
169	2	5	2	5	1	5	5	2	4	4	3	1	2	3	2	5	2	3
170	2	3	5	2	2	2	1	1	3	5	2	4	2	2	5	5	2	3
171	1	3	4	1	4	4	2	1	2	5	5	2	2	2	2	5	2	3
172	2	3	4	2	2	5	1	1	3	3	3	3	1	5	2	5	2	3
173	2	4	4	2	3	4	3	1	1	1	1	1	3	2	1	5	2	3
174	1	4	4	1	2	5	3	2	2	2	2	2	2	2	1	5	2	3
175	2	3	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	2	1	1	5	2	3
176	2	4	5	3	2	4	5	1	1	1	1	1	3	1	2	5	2	3
177	2	2	3	3	2	1	3	2	2	2	2	2	3	1	2	5	2	3
178	2	5	3	1	1	5	2	1	1	1	1	1	2	2	3	5	2	3
179	3	3	3	3	2	3	5	4	4	4	4	4	2	2	2	5	2	3
180	2	2	4	2	5	5	4	3	3	3	3	3	3	3	2	5	2	3
181	2	4	3	3	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	1	6	2	3
182	3	3	5	3	1	1	3	1	1	1	1	1	2	2	2	6	2	3
183	2	4	4	4	4	5	3	2	2	2	2	2	1	1	3	6	2	3
184	1	1	4	4	1	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2	6	3	3
185	2	2	5	4	4	3	4	2	2	2	2	2	3	3	2	6	3	3
186	1	1	5	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	6	3	3
187	2	2	4	5	4	4	5	2	2	2	2	2	2	2	1	6	3	3
188	1	1	5	2	1	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	6	3	3
189	2	2	3	4	2	4	5	4	4	4	4	4	1	1	3	6	3	3
190	5	5	5	3	3	4	5	3	3	3	3	3	2	2	1	6	3	3
191	3	3	4	3	1	2	4	5	5	5	5	5	3	3	1	6	3	3
192	2	2	4	4	2	4	3	2	2	2	2	2	1	1	3	6	3	3
193	2	2	5	3	2	3	3	2	2	2	2	2	1	1	3	6	3	3
194	3	3	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	3	3	2	6	3	3
195	1	1	5	4	5	2	5	2	2	2	2	2	1	3	2	4	3	3

Vista de datos Vista de variables



resultados.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	disputa	recarga	caracter	problema	falta	intervencion	escaso	sueño	cansancio	inquietud	concentracion	alejarse	asertiva	construirplan	investigacion	seccion	depression	estres	var
175	2	3	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	2	1	1	5	2	3	
176	2	4	5	3	2	4	5	1	1	1	1	1	3	1	2	5	2	3	
177	2	2	3	3	2	1	3	2	2	2	2	2	3	1	2	5	2	3	
178	2	5	3	1	1	5	2	1	1	1	1	1	2	2	3	5	2	3	
179	3	3	3	3	2	3	5	4	4	4	4	4	2	2	2	5	2	3	
180	2	2	4	2	5	5	4	3	3	3	3	3	3	3	2	5	2	3	
181	2	4	3	3	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	1	6	2	3	
182	3	3	5	3	1	1	3	1	1	1	1	1	2	2	2	6	2	3	
183	2	4	4	4	4	5	3	2	2	2	2	2	1	1	3	6	2	3	
184	1	1	4	4	1	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2	6	3	3	
185	2	2	5	4	4	3	4	2	2	2	2	2	3	3	2	6	3	3	
186	1	1	5	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	6	3	3	
187	2	2	4	5	4	4	5	2	2	2	2	2	2	2	1	6	3	3	
188	1	1	5	2	1	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	6	3	3	
189	2	2	3	4	2	4	5	4	4	4	4	4	1	1	3	6	3	3	
190	5	5	5	3	3	4	5	3	3	3	3	3	2	2	1	6	3	3	
191	3	3	4	3	1	2	4	5	5	5	5	5	3	3	1	6	3	3	
192	2	2	4	4	2	4	3	2	2	2	2	2	1	1	3	6	3	3	
193	2	2	5	3	2	3	3	2	2	2	2	2	1	1	3	6	3	3	
194	3	3	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	3	3	2	6	3	3	
195	1	1	5	4	5	2	5	2	2	2	2	2	1	3	2	4	3	3	
196	2	2	3	4	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	5	3	3	
197	3	3	4	4	2	2	3	4	4	4	4	4	2	2	2	5	3	3	
198	1	1	4	3	2	1	5	2	2	2	2	2	3	3	2	5	3	3	
199	1	1	5	1	4	2	5	5	5	5	5	5	3	3	2	5	3	3	
200	1	1	5	5	2	3	4	3	3	3	3	3	2	2	1	5	3	3	
201	1	1	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	6	3	3	
202	1	1	4	3	4	2	4	3	3	3	3	3	1	5	1	6	3	3	
203	1	1	5	4	3	1	5	2	2	2	2	2	2	2	1	6	3	3	
204	1	1	5	4	5	1	5	4	4	4	4	4	2	2	1	6	3	3	
205	1	1	5	4	5	1	5	5	5	5	5	5	1	1	1	6	3	3	
206	1	1	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	1	1	5	6	3	3	
207	1	1	5	5	5	1	5	5	5	5	3	5	1	1	1	6	3	3	
208																			
209																			
210																			

Vista de datos Vista de variables



ANEXO 1
FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN

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

Formato digital

Fecha de entrega: 12/11/2024

1. Datos del autor (es):

Nombres y Apellidos: YASMANY ISIDORO OROZCO BENIQUE

Dirección: JR. J.C BELON N° 205/ LAMPA

DNI/Carné de Extranjería/Pasaporte N°: 72474482

Teléfono: 954741509 email: yasmanyorosco@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. MARYLUZ CRUZ COLCA

Esta obra se encuentra dentro de las siguientes denominaciones:

Trabajo de Investigación Tesis Trabajo de Suficiencia Profesional Trabajo Académico

Título: EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES

DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

N° 71010 LAMPA, PUNO 2024

Palabras claves, (3 a 5 términos): Estrés académico, depresión, estudiantes, nivel primario.

¿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 Título 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: SALUD PÚBLICA - P13

Firma de Autor



huella digital

12 de Noviembre 2024

Fecha