



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS

**ESTRÉS ACADÉMICO Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN  
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE ADMINISTRACIÓN EN  
UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA, PUNO - 2024.**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:  
CALIDAD DE VIDA, RESILIENCIA Y BIENESTAR  
PSICOLÓGICO

PRESENTADO POR:

**FLORES DAVALOS Christian Arnol**

Código Orcid: N° 0009-0009-7426-0626

**TAPIA SARDON José Manuel**

Código Orcid: N° 0009-0005-4261-4398

TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

DOCENTE ASESOR:

**Dr. APARCANA HERNANDEZ JOSÉ CARLOS**

CÓDIGO ORCID: N° 0000-0001-7398-6817

CHINCHA - PERÚ

2025

## Constancia de aprobación



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

### CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN

**MG. JOSÉ YOMIL PEREZ GOMEZ**

**Decano (e) de la Facultad de Ciencias de la Salud**

**Universidad Autónoma de Ica.**

**Presente.** -

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarla e informar que **FLORES DAVALOS, CHRISTIAN ARNOL y TAPIA SARDON, JOSE MANUEL** estudiantes de la Facultad de ciencias de la Salud, del programa Académico de Psicología, han cumplido con elaborar su:

PLAN DE TESIS

TESIS

**TITULADO: "ESTRÉS ACADÉMICO Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE ADMINISTRACIÓN EN UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA, PUNO - 2024"**

Por lo tanto, queda expedito para continuar con el procedimiento correspondiente, remito la presente constancia adjuntando mi firma en señal de conformidad.

Agradezco por anticipado la atención a la presente, aprovecho la ocasión para expresar los sentimientos de mi especial consideración y deferencia personal.

Cordialmente,

Ica 05/02/2025

Dr APARCANA HERNANDEZ José Carlos  
DNI: 21553760  
CODIGO ORCID: 0000-0001-7398-6817

## Declaratoria de autenticidad

### DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, Christian Arnol Flores Dávalos identificado(a) con DNI N.º 70185033 y José Manuel Tapia Sardón identificado(a) con DNI N.º 74565540, en nuestra condición de Bachiller del programa de estudios de Psicología, de la Facultad de Ciencias de la Salud en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: "Estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de administración en una universidad pública, Puno - 2024.", declaramos bajo juramento que:

- a. La investigación realizada es de nuestra autoría
- b. La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni autoplagio en su elaboración.
- c. La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas.
- d. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- e. Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos, son reales, por lo que, el (la) investigador(a), no han incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- f. La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

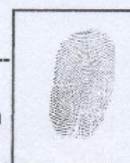
Puno, 07 de enero de 2025



*Christian Arnol Flores Dávalos*  
BACHILLER: Christian  
Arnol Flores Dávalos  
DNI N.º 70185033

*José Manuel Tapia Sardón*

BACHILLER: José  
Manuel Tapia Sardón  
DNI N.º 74565540



**CERTIFICACIÓN A LA VUELTA**



CERTIFICO: La autenticidad de la firma de:  
Christian Ariel Flores Davalos -  
Jose Manuel Tapia Sardon -  
 con DNI N° 70185033 - 745655770  
 quien ha firmado y estampado su huella dactilar  
 en mi presencia. La Notaria que autoriza no asume  
 responsabilidad sobre el contenido del documento  
 (Art. 108 D. Leg. 1048), de que doy fe.



Puno, 07 FEB. 2025

*Jessie E. Zegarra Cabrera*  
 JESSIE E. ZEGARRA CABRERA  
 ABOGADA - NOTARIA  
 (PUNO - PERU)



La información presentada en el testis es la elaborada respetando los  
 nombres de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de  
 información consultadas.  
 b. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial,  
 totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título  
 profesional.  
 e. Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de  
 datos, son reales, por lo que el (as) investigador (as) no han incurrido en  
 falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni  
 totalmente.  
 f. La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según  
 la normatividad

Autorizo a la Universidad Autónoma de los Andes de identificar plagio, autoplagio,  
 falsedad de información de estos, se procede según lo indicado  
 por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o  
 sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Puno, 07 de enero de 2025

*José*  
 BACHILLER: José  
 Manuel Tapia Sardon  
 DNI N° 7458240

*Christian*  
 BACHILLER: Christian  
 Ariel Flores Davalos  
 DNI N° 70185033

CERTIFICACIÓN A LA VUELTA



0110880069



**NOTARIA  
ZEGARRA CABRERA JESSIE TARCILA  
SERVICIO DE AUTENTICACIÓN E IDENTIFICACIÓN BIOMÉTRICA**



**INFORMACIÓN PERSONAL**

**DNI** 70185033  
**Primer Apellido** FLORES  
**Segundo Apellido** DAVALOS  
**Nombres** CHRISTIAN ARNOL

**CORRESPONDE**  
La primera impresión dactilar capturada corresponde al DNI consultado. La segunda impresión dactilar capturada corresponde al DNI consultado.



**FLORES DAVALÓS, CHRISTIAN ARNOL**  
DNI 70185033

**INFORMACIÓN DE CONSULTA DACTILAR**

**Operador:** 01332643 - Nedilka Patricia Paquita Cabe  
**Fecha de Transacción:** 07-02-2025 09:20:02  
**Entidad:** 10304227457 - ZEGARRA CABRERA JESSIE TARCILA

**VERIFICACIÓN DE CONSULTA**

Puede verificar la información en línea en:  
<https://serviciosbiometricos.reniec.gob.pe/identifica3/verificacion.do>  
**Número de Consulta:** 0110880069





0110880062



**NOTARIA**  
**ZEGARRA CABRERA JESSIE TARCILA**  
**SERVICIO DE AUTENTICACIÓN E IDENTIFICACIÓN BIOMÉTRICA**

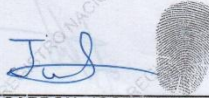


**INFORMACIÓN PERSONAL**

**DNI** 74565540  
**Primer Apellido** TAPIA  
**Segundo Apellido** SARDON  
**Nombres** JOSE MANUEL

**CORRESPONDE**

La primera impresión dactilar capturada corresponde al DNI consultado. La segunda impresión dactilar capturada corresponde al DNI consultado.



**TAPIA SARDON, JOSE MANUEL**  
**DNI 74565540**

**INFORMACIÓN DE CONSULTA DACTILAR**

**Operador:** 01332643 - Nedilka Patricia Paquita Cabe  
**Fecha de Transacción:** 07-02-2025 09:19:23  
**Entidad:** 10304227457 - ZEGARRA CABRERA JESSIE TARCILA

**VERIFICACIÓN DE CONSULTA**

Puede verificar la información en línea en:  
<https://serviciosbiometricos.reniec.gob.pe/identifica3/verification.do>  
**Número de Consulta:** 0110880062



## **Dedicatoria**

A mis padres Raúl y Virginia, hermanas Zulma y Bayolet y a mi hermano Sven, por su constante apoyo y motivación, a lo largo de este camino académico, quienes son mi mayor motivación para no rendirme en mis estudios y seguir adelante con mis proyectos.

**Christian**

El presente trabajo va dedicado hacia mi padre Abel, mi madre Amelia por su cariño a lo largo de mi formación y por darme la oportunidad de lograr una de las muchas metas que tengo.

A mis hermanos Angel y Abraham por ser una inspiración y un ejemplo a seguir y acompañarme en este camino hacia mi formación.

Y aquellos compañeros y amigos que me incentivaron a seguir con mis metas por su confianza inquebrantable.

**José**

## **Agradecimiento**

Agradecemos profundamente a nuestras familias por su amor y apoyo incondicional durante todo el proceso de investigación.

A nuestro tutor, el Dr. José Carlos, por su orientación experta y valiosos consejos que enriquecieron este trabajo.

A la Universidad Nacional del Altiplano por brindarnos los recursos necesarios para llevar a cabo esta investigación, a la Universidad Autónoma de Ica por la gran contribución a nuestra formación académica.

Finalmente, agradezco a todas las personas que, de alguna manera, contribuyeron al éxito de este proyecto.



## Resumen

El presente trabajo de investigación tuvo como principal objetivo determinar la relación entre el estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de administración en una universidad pública de Puno, 2024. Presentando una metodología de tipo básica, enfoque cuantitativo, diseño no experimental y de corte transversal. Cuya muestra fue conformada por 226 alumnos universitarios entre las edades de 17 a 34 años. Haciendo uso del Inventario Sistemático Cognoscitivista para el estudio del estrés académico (SISCO SV-21) y del Cuestionario de Modos de Afrontamiento del Estrés (COPE). Los resultados muestran un 54.4% de estudiantes presenta un nivel de estrés severo, un 34.1% moderado y solo un 11.5% un nivel leve, y en cuanto al modo de afrontamiento un 50.9% de estudiantes realiza otros estilos de afrontamiento adicionales, como la negación o distracción, un 46.5% enfocado en la emoción y apenas un 1.8% centrado en el problema mediante el coeficiente de correlación Rho de Spearman, se obtuvo una magnitud de  $p=0.082$ , significación  $p<0.05$ ,  $\rho = 0.116$ , indicando que no existe una correlación significativa estadísticamente entre el estrés académico y los modos de afrontamiento. En síntesis, los modos de afrontamiento no tienen un impacto sustancial en el nivel de estrés académico medido en este estudio, sugiriendo considerar otros factores que podrían influir directamente con el estrés académico.

Palabras claves: Estrés académico, estilos de afrontamiento, estudiantes universitarios, salud mental

## **Abstract**

The purpose of the study was to determine the relationship between academic stress and coping styles in university students of administration at a public university in Puno, 2024. The study used a basic methodology, a quantitative approach, a non-experimental design, and a cross-sectional scope. The sample consisted of 226 university students aged 17 to 34 years. The Cognitive Systemic Inventory for the Study of Academic Stress (SISCO SV-21) and the Coping Styles Questionnaire (COPE) were applied. The results showed that 54.4% of students experienced severe stress levels, 34.1% moderate stress levels, and only 11.5% mild stress levels. Regarding coping styles, 50.9% of students relied on additional coping styles, such as denial or distraction, 46.5% focused on emotion, and only 1.8% used problem-centered strategies. The Spearman correlation coefficient yielded  $p=0.082$ , significance  $p<0.05$ , and  $\rho=0.116$ , indicating no statistically significant correlation between academic stress and coping styles. In conclusion, coping styles do not have a substantial impact on academic stress levels as measured in this study, suggesting the need to explore other factors that may directly influence academic stress.

Keywords: Academic stress, coping styles, college students, mental health

## Índice general

Portada.....	i
Constancia de aprobación .....	II
Declaratoria de autenticidad .....	III
Dedicatoria.....	VII
Agradecimiento .....	VIII
Resumen .....	IX
Abstract.....	X
Índice general .....	XI
Índice de tablas.....	XIII
Índice de figuras.....	XV
I. INTRODUCCIÓN.....	16
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	18
2.1. Descripción del Problema.....	18
2.2. Pregunta de Investigación General.....	20
2.3. Preguntas de Investigación Específicas .....	20
2.4. Objetivo General y Específicos.....	20
2.5. Justificación e importancia.....	21
2.6. Alcances y limitaciones.....	22
III. MARCO TEÓRICO .....	25
3.1. Antecedentes.....	25
3.2. Bases teóricas .....	29
3.3. Marco conceptual .....	38
IV. METODOLOGÍA.....	40
4.1. Tipo y nivel de investigación.....	40
4.2. Diseño de investigación.....	40
4.3. Hipótesis general y específicas .....	40

4.4. Identificación de variables .....	41
4.5. Matriz de operacionalización de la variable .....	43
4.6. Población – Muestra .....	45
4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de información .....	47
4.8. Técnica de análisis y procesamiento de datos .....	50
V. RESULTADOS .....	51
5.1. Presentación de resultados – Descriptivos .....	51
5.2. Presentación de resultados – Tablas cruzadas .....	59
VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS .....	64
6.1. Análisis resultados – prueba de hipótesis.....	64
VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS .....	69
7.1. Comparación de los resultados .....	69
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	74
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	76
Anexos.....	86
Anexo 1: Instrumento de recolección de datos.....	86
Anexo 2: Matriz de consistencia .....	93
Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición .....	96
Anexo 4: Base de datos.....	102
Anexo 5: Consentimiento Informado.....	128
Anexo 6: Autorización para el uso de los instrumentos .....	129
Anexo 7: Constancia de autorización y aplicación de instrumentos en la Institución .....	131
Anexo 8: Informe de turnitin al 28% de similitud.....	133

## Índice de tablas

Tabla 1	Matriz de operacionalizad de la variable Estrés Académico	43
Tabla 2	Matriz de operacionalización de la variable Métodos de afrontamiento	44
Tabla 3	Ficha técnica del instrumento para evaluar la variable Estrés Académico Inventario SISCO SV-21	48
Tabla 4	Ficha técnica del instrumento para evaluar la variable Modos de Afrontamiento: Coping Estimation Inventory – COPE	49
Tabla 5	Género de los estudiantes universitarios de administración.	51
Tabla 6	Semestre académico de los estudiantes universitarios de administración.	52
Tabla 7	Frecuencia del nivel de estrés académico de los estudiantes universitarios de administración.	53
Tabla 8	Frecuencia por dimensiones del nivel de estrés académico de los estudiantes universitarios de administración.	54
Tabla 9	Frecuencia del uso de estilos de afrontamiento de los estudiantes universitarios de administración.	56
Tabla 10	Frecuencia de afrontamiento por estilo de los estudiantes universitarios de administración.	57
Tabla 11	Nivel de estrés académico según el sexo de los estudiantes universitarios de administración.	59
Tabla 12	Nivel de estrés académico según el semestre académico de los estudiantes universitarios de administración.	60
Tabla 13	Estrés académico y estilos de afrontamiento de los estudiantes universitarios de administración.	62
Tabla 14	Prueba de normalidad estadística Kolmogorov-Smirnov para las variables estrés académico y modos de afrontamiento.	64

Tabla 15	Correlación entre las variables estrés académico y estilos de afrontamiento.	65
Tabla 16	Correlación entre el estrés académico y el estilo de afrontamiento enfocado en el problema.	65
Tabla 17	Correlación entre el estrés académico y el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción	66
Tabla 18	Correlación entre el estrés académico y otros estilos de afrontamiento adicionales.	67

## Índice de figuras

Figura 1	Porcentaje de género de los estudiantes universitarios de administración.	51
Figura 2	Porcentaje del semestre académico de los estudiantes universitarios de administración.	52
Figura 3	Porcentaje del nivel de estrés académico de los estudiantes universitarios de administración.	53
Figura 4	Porcentaje por dimensiones del nivel de estrés académico de los estudiantes universitarios de administración.	55
Figura 5	Porcentaje del uso de estilos de afrontamiento de los estudiantes universitarios de administración.	56
Figura 6	Frecuencia de afrontamiento por estilo de afrontamiento de los estudiantes universitarios de administración.	58
Figura 7	Nivel de estrés académico según el sexo de los estudiantes universitarios de administración.	59
Figura 8	Nivel de estrés académico según el semestre académico de los estudiantes universitarios de administración.	61
Figura 9	Estrés académico y estilos de afrontamiento de los estudiantes universitarios de administración.	62

## I. INTRODUCCIÓN

En un ámbito académico, el estrés llega a afectar tanto el rendimiento de los estudiantes como también la forma en la que se relacionan en el ámbito social y personal, ocasionando efectos que repercuten en el organismo, emociones y en la mente. De acuerdo con Espinosa et al. (2020) enfatiza el impacto directo del estrés en el rendimiento académico y enfatiza la relevancia de poder comprender esta relación para implementar estrategias de intervención efectivas. Además, se evidencia la importancia de abordar el estrés estudiantil como un factor que impacta en la calidad y la vivencia educativa (Avalos, 2024). Esto se ve reflejado en diversos estudios que demuestran una gran cantidad de estudiantes que llegan a presenciar magnitudes muy altas de estrés y que enfrentan dificultades en su desempeño académico.

Uno de los inconvenientes de salud más comunes de la ciudadanía actual es el estrés. Este problema surge de la vinculación entre un ser y los acontecimientos que lleguen a suceder en su entorno que son considerados excesivos o amenazantes para su recursos y su bienestar personal (Alfonso et al., 2015), en cuanto a las estrategias de afrontamiento a juicio de Lazarus y Folkman (1986), son descritas por el autor como actividades mentales y comportamentales que cambian continuamente para satisfacer necesidades internas o externas que se consideran exuberantes para la capacidad que puede soportar el individuo.

Estas tácticas pretenden prevenir la respuesta de estrés eliminando o al menos disminuyendo el impacto de los estímulos estresantes (Basado y Perfiles, 2020).

Para lograr los propósitos esperados, el contenido de la investigación estará compuesta por las siguientes secciones:

Primer capítulo, la introducción este capítulo introduce el tema de estudio que se seguirá para abordar el problema investigado.

Segundo capítulo, denominada planteamiento de la investigación, e investigaciones previas de un ámbito internacional, nacional, regional, seguidamente las teorías, definiciones básicas. acompañado de las preguntas generales y específicas, lo que se pretenden lograr con los objetivos y la relevancia del estudio.



Tercer capítulo, en aquí se describen las teorías y antecedentes relevantes, y se establece un marco teórico que articula los principales conceptos y su relación con la investigación.

Cuarto capítulo, aquí se explica la metodología que se usara en esta investigación, el tipo y diseño, las hipótesis planteadas, la identificación de las variables estudiadas, la descripción de la población y muestra seleccionada, así como los instrumentos que ayudaran en la obtención y recolección de datos y el método de análisis de la investigación.

Quinto capítulo, se detalla los resultados obtenidos en el presente estudio iniciando desde un análisis descriptivo y el análisis de las tablas cruzadas

Sexto capítulo, en este capítulo se realiza el análisis de los resultados, mediante la estadística inferencial y se llega a contrastar las hipótesis propuestas en el estudio.

Séptimo capítulo, se realiza la discusión pertinente de los resultados obtenidos, donde se comparan los hallazgos con los trabajos previos y teorías propuestas.

Para culminar, en el octavo capítulo, aquí se incluye un listado de fuentes bibliográficas usadas y citadas en el estudio siguiendo el formato APA.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### 2.1. Descripción del Problema

A lo largo de la formación académica y la vida estudiantil de un universitario, el estrés académico se presenta como desafíos impactantes que suele ocurrir en la trayectoria educativa, afectando así su rendimiento y bienestar psicológico y personal. De ahí se destaca la importancia de la identificación sobre los métodos utilizados para afrontar el estrés por parte de los estudiantes, con el objetivo que dichos métodos lleguen a mitigar el estrés académico. El estrés académico adquiere mayor relevancia como un problema común que suele ocurrir en la vida universitaria, son estos quienes enfrentan demandas y desafíos académicos, este problema no solo impacta en sus labores académicas sino también en la área psicológica y física del estudiante. Comprender como gestionar el estrés académico, y que estrategias de afrontamiento son más efectivas es fundamental para desarrollar programas de apoyo que mejoren su experiencia universitaria y su salud mental (Lanuque 2020).

Maturana y Vargas (2015), comenta que en el mundo las investigaciones que se realizaron sobre el estrés escolar, informan que el incremento de problemas se debe al estrés y trastornos psiquiátricos durante las fases iniciales y vulnerables de desarrollo. Para Dumont et al. (2003), en su investigación realizada a estudiantes de nivel medio, ante situaciones de estrés previas a un examen, de su muestra de 374 estudiantes el 58% experimentaba una preocupación lo que se denominó "ansiedad antes del examen"

Según Organización Mundial de la Salud (OMS 2021) define al estrés como una condición en la que la persona presenta inquietud o tensión mental que surge esta debido a una situación desafiante o complicada. Para American Psychological Association (APA 2024) el estrés es la respuesta fisiológica o psicológica ante estresores internos o externos.

En América Latina, las investigaciones señalan una frecuencia en cuanto al estrés en universitarios alcanzando cifras mayores al 67%, tiene una mayor prevalencia en las mujeres, y las personas que la padecen muestran cambios en su cuerpo, comportamiento y mente (Collazo et al., 2008). En estudiantes colombianos presentan 62,23% de síntomas

moderados o severos de estrés, mientras que México un 48,23% presentaron la presencia de estrés académico (Zapata-López et al. 2024).

De acuerdo con Gonzales (2016), Para que se produzca el estrés académico, el estudiante se confronta a exigencias que experimenta como factores que le causan estrés. Estos factores provocan un desajuste en el sistema, que puede manifestarse a nivel físico, social o psicológico. Posteriormente, un estudiante este forzado a lograr implementar estrategias, métodos y formas de afrontamiento para lograr recuperar un equilibrio adecuado para su sistema.

El estrés académico de una universidad en Arequipa según Villegas y Moscoco (2018), comenta que el 58.3% de los educandos del primer semestre muestran un mediado nivel de estrés estudiantil y el 27,2% tienen un nivel alto de estrés. Un estudio realizado en estudiantes de enfermería de la UNSA se observó el 77% de estudiantes de enfermería perciben niveles de agentes estresores (Chávez y Peralta 2019) lo que concuerda encontrado por Castillo et al. (2016). En palabras de Barraza (2005), afirma que los estresores que más presencia tiene en la vida universitaria son la acumulación de responsabilidades que tiene debido a las obligaciones académicas, la sobrecarga de trabajos académicos, los exámenes propuestos de los catedráticos, así como la tipología de las tareas que son solicitadas por los docentes.

Desde la perspectiva de Carrazo (2013), los estudiantes con baja autoestima son más propensos a estresarse, dificultando su rendimiento académico, presentando un cansancio emocional.

Por otra parte, Calatayud et al. (2022), en su estudio mostro que el 53,85% de los estudiantes presentaron estrés severo, mientras el 35% de estudiantes universitarios en tres programas académicos. El autor concluye que la presencia de niveles altos de estrés el riesgo es mayor de disminución del desempeño académico aproximadamente en 3%, lo que indica que su rendimiento, los logros de aprendizaje y las calificaciones que lleguen a obtener pueden empeorar.

Relacionado a un contexto universitario, este tipo de estrés está relacionado con lo académico, los exámenes y la presión por el rendimiento, lo ocasiona un déficit en el desempeño académico (Restrepo

et al., 2020). Además, es fundamental destacar que el estrés no solo llega a asociarse con un deterioro del bienestar emocional, sino que también se ve vinculado con el fracaso escolar y la deserción universitaria. Lo indicado, debido a los altos niveles de estrés que se reflejan y manifiesta en una amplia gama de síntomas, que van desde estados de ánimo depresivos, ansiosos, irritabilidad y baja autoestima, hasta los problemas físicos como son el insomnio, sudoración, cefaleas, entre otras (Caldera et al. 2007).

## **2.2. Pregunta de Investigación General**

PG ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Administración en una universidad Pública de Puno, 2024?

## **2.3. Preguntas de Investigación Específicas**

- PE1 ¿Cuál es la relación entre estrés académico y el uso del afrontamiento enfocado en el problema en los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024?
- PE2 ¿Cuál es la relación entre estrés académico con el uso del afrontamiento enfocado en la emoción en los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024?
- PE3 ¿Cuál es la relación entre los niveles de estrés académico con el uso de otros estilos adicionales de afrontamiento en los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024?

## **2.4. Objetivo General y Específicos**

### **Objetivo general**

OG Determinar la relación entre el estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Administración en una universidad Pública de Puno, 2024.

### **Objetivos específicos**

- OE1 Determinar la relación entre estrés académico y el uso del afrontamiento enfocado en el problema en los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024.
- OE2 Determinar la relación entre estrés académico con el uso del afrontamiento enfocado en la emoción en los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024.

- OE3 Determinar la relación entre los niveles de estrés académico con el uso de otros estilos adicionales de afrontamiento en los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024.

## **2.5. Justificación e importancia**

### **Justificación**

- Justificación teórica: Este estudio es clave para lograr la comprensión de la manera en la que los universitarios gestionan las demandas académicas y personales que impone el ambiente universitario. Esto contribuirá en el desarrollo teórico al examinar la existencia de una correlación que llegue a tener el estrés académico frente a los estilos y métodos de afrontamiento, dando a conocer el conocimiento sobre los factores que llegan a influenciar en la resiliencia de los estudiantes. Los estilos de afrontamiento, son definidos como formas comportamentales y psicológicas utilizadas para sobrellevar situaciones estresantes que juegan un papel crucial en los estudiantes llegan a gestionar el estrés que experimentan. Los estilos de afrontamiento se llegan a dividir en dos grandes categorías: enfocados en la tipología del problema, y los que se centran en la emoción, y se orientan en el desarrollo de habilidades que ayuden en la regulación emocional.
- Justificación practica: Esta investigación nos permite abordar la realidad y reconocer si existe una relación entre el estrés académico y los estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de administración en una universidad pública de Puno, 2024. En la población universitaria, donde la presión por lograr llevar a cabo con todas las demandas académicas es considerable, este estudio adquiere una relevancia significativa. Esto ayudara a mejorar la retención escolar y preparar mejor a los universitarios para los futuros retos que lleguen a tener en su formación profesional.
- Justificación metodológica: Para este trabajo se usó la metodología cuantitativa, básica, correlacional, descriptiva y no experimental es lo adecuado para este estudio, ya que llegara a facilitar la medición precisa de las variables de esta investigación el estrés y los estilos

existentes de afrontamiento en estudiantes universitarios, permitiendo explorar su relación sin llegar a alterar el entorno natural en que se desenvuelven. El enfoque correlacional permite identificar la escala de asociación existente de las variables, mientras que el enfoque descriptivo ofrecerá una visión detallada del estado actual de estas variables en la población estudiada.

### **Importancia**

Esta investigación responde a una necesidad crucial en el entorno educativo: la mejora en como gestionan el estrés presentado en el ámbito académico y la promoción de estrategias, métodos y formas de afrontamiento más eficaces. Este estudio es relevante porque ofrece una comprensión integral de cómo las formas de afrontamiento llegan a reducir el efecto negativo del estrés presentado en los estudiantes universitarios, el cual se presenta como algo esencial para lograr crear un lugar donde el aprendizaje resulta positivo y recomendable para el logro académico.

El impacto social de la investigación es considerable, ya que proporciona datos valiosos para desarrollar intervenciones específicas que beneficien directamente a los universitarios y la comunidad educativa en la región de Puno. Además, permitirá diseñar programas que ayuden a mejorar el bienestar psicológico y académico de los universitarios, promoviendo una armonía entre sus demandas académicas y sus recursos personales.

La investigación se ajusta con uno de los objetivos de la ONU específicamente el objetivo cuatro de desarrollo sostenible presentado como propuesta por la Organización Naciones Unidas para así poder respaldar una formación educativa de carácter inclusivo, equitativo y de calidad para alcanzar y promover oportunidades de aprendizaje.

## **2.6. Alcances y limitaciones**

### **Alcances**

- El alcance metodológico del presente estudio corresponde al tercer nivel, denominado correlacional, según Hernández y Mendoza (2018) con el propósito de analizar el vínculo de dos o más conceptos en un contexto particular, siendo el caso de las variables

estrés académico y modos de afrontamiento, ayudando a analizar la correlación entre ambas variables.

- El alcance teórico, el estrés académico y los modos de afrontamiento están interrelacionados, ya que el estrés académico actúa como un estímulo que activa estrategias de afrontamiento. El tipo de estrategia elegida puede influir en la intensidad del estrés percibido y en la capacidad de adaptación del individuo Lazarus y Folkman (1984). Esta conexión es esencial para entender como los alumnos gestionan el estrés académico y elaborar intervenciones que optimicen su bienestar y desempeño.
- El alcance social, contando con la participación de 226 estudiantes universitarios de una universidad nacional de Puno, pertenecientes a la facultad de administración matriculados en el periodo 2024 II, con la finalidad de generar conocimiento que beneficie a la población mediante el presente estudio y los resultados obtenido
- El alcance espacial, desarrollado en la ciudad de Puno, delimitado en la ubicación geográfica de la sede principal del centro de educación superior, siendo ideal para realizar el presente estudio, gracias a la facilidad de acceso y concurrencia de la población de estudio.
- El alcance temporal, la recolección de datos se llevó a cabo en el año 2024 - 2025, contando con un periodo suficiente para la planificación, la aplicación de los instrumentos y análisis de los resultados.

### **Limitaciones**

Durante el proceso de la investigación se encontraron ciertos obstáculos a la hora de evaluar a la muestra, debido al horario y fechas de final de unidad, no contaban con el interés o participación activa del estudio, expandiendo el periodo de evaluación, a lo cual, de manera practica se generó un cuestionario en Google Forms, permitiendo evaluar de manera más optima a muchos más estudiantes en menos tiempo, compartiéndoles internet en caso de que alguno no tuviese datos móviles.

Otra limitación fue que, debido a la naturaleza del estudio, los presentes resultados logrados solo pueden utilizarse como un reflejo de

valides de la correlación entre las dos variables, siendo una investigación descriptiva correlacional, no es posible evidenciar una relación causal entre los constructos.



### III. MARCO TEÓRICO

#### 3.1. Antecedentes

##### Antecedentes Internacionales

Gonzales (2022), en su investigación de naturaleza cuantitativa, no experimental, transaccional y con un enfoque correlacional, siendo el objetivo de identificar las estrategias de afrontamiento más empleadas en una muestra de 106 estudiantes, de diferentes universidades españolas. Aplicando pruebas como el Cuestionario de formas de afrontamiento y el SISCO. Los hallazgos indican que la táctica de manejo más utilizada por los alumnos está centrada en la dimensión enfocada al problema ( $M=16.95$ ,  $DT=4.44$ ), generando un grado de estrés, ansiedad y depresión de nivel moderado ( $M=100.17$ ,  $DT=17.50$ ).

Avalos y Trujillo (2021), en su investigación, con el objetivo de contrastar factores de estrés académico, su existencia y tácticas de manejo y accesibilidad tecnológica durante el estado de emergencia sanitaria por COVID 19. Participaron 765 alumnos de la universidad de Jalisco, siendo un trabajo de carácter cuantitativo, transversal y comparativo, haciendo uso del instrumento de medición como la Escala de Afrontamiento de Estrés Académico, Escala de Estresores Académicos, Inventario SISCO y una ficha sociodemográfica. Demostrando que el 65% de su población de estudio presento un nivel de estrés moderado, que la población más impactada por el estrés académico son las mujeres ( $t=7.51$ ,  $p=.00$ ), y de igual manera alumnos del campo de ciencias de la salud ( $F=3.44$ ,  $p=.00$ ).

Blanco (2021), presento una investigación, con el objetivo de identificar la relación entre el estrés académico y la salud mental en una muestra de 50 estudiantes universitarios de la facultad de medicina, mediante las pruebas psicométricas, General Health Questionnaire (GHQ-28) y el inventario SISCO, siendo esta investigación de tipo cuantitativo, diseño correlacional no experimental. Hallando que los estudiantes muestran niveles de estrés severos ( $M=3,4$ ), ansiedad e insomnio ( $M=3,64$ ) y síntomas somáticos (3,06), mostrando una asociación positiva y significativa entre variables ( $p=0,001$ ), a mayor estrés académico mayor déficit en la salud mental.

Arteaga y Dorado (2020), publicaron un estudio, con el objetivo de determinar y comparar cuales son las estrategias utilizadas en estados de estrés académico. Con una población de 144 participantes y basándose en un método cuantitativo, descriptivo y de campo. Dando como resultado que los estudiantes donde se realizó el trabajo de investigación llegan a emplear estrategias de afrontamiento similares y esto mediante la aplicación de los instrumentos como escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) y el inventario de estrés académico (SISCO). Indican que los estudiantes de la institución urbana presentan un 31% de estrés alto, mientras que la rural un 68%, y el afronte más usado en ambos es diversiones relajantes con un 87% y 73% respectivamente.

Ocampo (2020), presenta un trabajo de investigación con el objeto de correlacionar las estrategias de afrontamiento y los niveles de estrés académico en una muestra de 98 estudiantes de pre grado y pos grado de la Universidad Antonio Nariño sede Armenia. Investigación de carácter empírico analítico, utilizando una metodología cuantitativa y con un enfoque de correlación. Hallo que respecto al estrés los estudiantes tienen un riesgo medio a padecerlo según el coeficiente de Pearson ( $p < 0,002$ ), ya que, se hace uso de estrategias de afrontamiento incorrectas aun teniendo capacidad de afrontamiento. Las herramientas de recolección de datos fueron la Escala de Estrategias de Coping Modificadas (EEC-M) y el inventario de estrés en el ámbito académico.

### **Antecedentes Nacionales**

Aurelio y Zapata (2022), en su trabajo de investigación, cuyo propósito de descubrir una correlación entre las variables de estrés académico y estilos de afrontamiento en una muestra de 335 estudiantes de la carrera de psicología. Mediante la utilización de la Ficha Técnica del Inventario SISCO del Estrés Académico y el Inventario de estimación de Afrontamiento (COPE), revelaron los resultados una relación significativa ( $p = ,048$ ) entre las situaciones de estrés ( $M = 38.25$ ;  $D.E = 9.37$ ) y los estilos de afrontamiento que manejan los estudiantes, se empleó una investigación de diseño no experimental de corte transversal y enfoque cuantitativo.

Lozano (2023), en su estudio, busco establecer la correlación entre los estilos de afrontamiento y el estrés académico. De metodología

cuantitativa, diseño no experimental, transversal y de alcance correlacional, aplicado en un grupo de 213 estudiantes y haciendo uso del Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (COPE) y el Inventario Sistemático Cognoscitivista del Estrés Académico. Revelaron un vínculo relevante y negativo entre los estilos de afrontamiento enfocados al problema y estrés académico ( $p=.000 < 0.05$  ( $p < \alpha$ ) de  $Rho=-.527$ ), indicando que, a mayor uso de estilos de afrontamiento, disminuirá el nivel de estrés en el ámbito académico. Y en las otras dimensiones enfocado en la emoción ( $p=.013 < 0.05$ ;  $Rho=-.332$ ) y otros estilos de afrontamiento ( $p=.006 < 0.05$ ;  $Rho=-.314$ ).

Robles (2024), presento una investigación, buscando determinar las relaciones entre el estrés académico y los estilos de afrontamiento en 420 estudiantes preuniversitarios, con el uso del Inventario SISCO y Cuestionario COPE, de carácter cuantitativo, tipología básica y diseño correlacional transeccional. Muestra una relación significativa entre el estrés académico y la dimensión centrada a la emoción ( $\rho=-0.166$ ;  $p=0.001$ ) y afrontamiento evitativo ( $\rho=0.272$ ;  $p=0.001$ ), lo que implica que, a niveles elevados de estrés académico, como método de afronte hay un predominio del estilo centrado a la emoción y evitación del estrés.

Loyola (2023), en su estudio, cuyo objetivo fue determinar la relación entre el estrés académico y estilos de afrontamiento en 200 estudiantes universitarios de ambos sexos. Indicando un relación débil y alta significancia entre las variables (0.052), muestra que el nivel de estrés de los estudiantes evaluados es moderado según el análisis cuantitativo y un nivel de significancia del 0.033, siendo una investigación de estrategia asociativa-predictiva, con alcance correlacional simple, y de diseño transeccional.

Espinoza (2024), desarrollo la tesis de licenciatura con la finalidad de comparar los estilos de afrontamiento al estrés de estudiantes universitarios de enfermería al inicio y final de la formación teniendo una participación de 422 estudiantes de enfermería. Se uso una metodología de corte transversal. Se deduce que los alumnos, al comenzar y concluir su educación académica, eligen explorar múltiples métodos para control del

estrés, inicialmente con un 57,4% y finalmente con un 2,6%, siendo el estilo de afrontamiento centrado en el problema el más utilizado.

### **Antecedentes Regionales**

Ramos (2020), en su proyecto de investigación, donde su objetivo general fue determinar el estrés académico en relación al estado nutricional de los estudiantes de Nutrición. El diseño fue descriptivo, analítico y de corte transversal. Utilizándose una encuesta para medir el estrés académico y el indicador IMC y PAB para el estado nutricional en una muestra de 454 estudiantes. Dentro de los hallazgos, el estrés académico de alta categoría se evidencia en relación a las respuestas fisiológicas con un 48%, las circunstancias estresantes un 47% y respuestas psicológicas con un 45%; en cambio, el estrés académico de alta categoría incide en las respuestas comportamentales en un 53% y las circunstancias estresantes un 45%.

Vargas (2024), llevo a cabo un estudio, buscando conocer la relación entre las variables estrés académico y autoestima. Siendo una investigación básica no experimental, de diseño transversal, nivel descriptiva y correlacional. Empleándose instrumentos de medición como el Inventario de Estrés Académico SISCO de Barraza y el Inventario de Autoestima de Coopersmith en 100 alumnos. evidenciado un vínculo entre el estrés académico y la autoestima por el resultado de Rho de Spearman  $p = 0,006$  y cuyo valor de  $p < 0.01$  y la significancia de  $-,274$ . Esto demuestra una correlación negativa y significativa de escasa magnitud entre las variables.

Cayo (2021), en su tesis, teniendo como objetivo determinar la relación entre la variable agresividad y estilos de afrontamiento del personal de salud. De enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, descriptivo y correlacional, básico de corte transversal. Se aplico el cuestionario de agresividad Buss y el Cuestionario de Modos de afrontamiento al estrés (COPE) en 131 miembros del personal de salud del hospital de Yunguyo. Señala que la agresividad está vinculada con los estilos de manejo del estrés, dimensiones enfocado al problema ,000, enfocado a la emoción ,031y otros estilos ,000.

Molina y Coila (2022), publicaron un estudio, cuyo objetivo fue precisar en qué medida las estrategias de afrontamiento ante el estrés

académico afectan las conductas de salud en estudiantes de psicología. Con una muestra de 1065 estudiantes y haciendo uso del Cuestionario Brief-Cope y el cuestionario de estilos de vida en jóvenes universitarios (CEVJU). Resulta que las tácticas enfocadas en el problema son predictivas de intensidad moderada y directa de los comportamientos de salud ( $\beta=0.327$ ;  $p=0.000$ ). Se concluye sugiriendo que una actitud proactiva hacia el estrés académico potencia los comportamientos saludables, mientras que la evitación empeora los problemas de salud. La metodología del estudio presente corresponde a un diseño no experimental de corte transversal, de nivel explicativo con enfoque cuantitativo.

Cáceres (2024), presento un estudio, con el objetivo de determinar el nivel de estrés académico 290 estudiantes universitarios de la escuela profesional de educación primaria del cuarto a decimo ciclo, de tipo no experimental con un diseño descriptivo simple. Los resultados indican que los estudiantes presentan un nivel de estrés que varía de moderado a severo, lo que se refleja en un incremento de su estado de alerta y capacidad de concentración, donde se tiende a situarse en niveles moderados a severos, dado que el 71 % de ellos alcanzó estas categorías.

## **3.2. Bases teóricas**

### **3.2.1. Variable estrés académico**

#### **Definiciones**

Barrio et al. (2006), presenta al estrés como una reacción del cuerpo por estímulos ocasionados por la carga emocional. Es un suceso integral que se produce ante la interacción del entorno de una persona en la que se presenta un desajuste entre la evaluación del individuo de las demandas de un evento y sus recursos para responder. Bajo tales condiciones, el bienestar general del individuo se ve afectado debido a la incapacidad de adaptarse a las deudas externas.

El estrés académico se presenta como una respuesta que involucra la activación emocional, fisiológica, cognitiva y conductual, ante eventos relacionados a un ambiente académico. (Escobar et al., 2018.)

Para Barraza (2007), define al estrés académico como un proceso psicológico y adaptativo que se presenta en lo estudiantes cuando estos se

encuentran bajo la influencia a demandas valoradas como estresores que producen un desequilibrio hacia los estudiantes.

El estrés se resalta en el organismo como la reacción corporal y psicológica que se ocasionan frente a las demandas o presiones que se llegan a percibir como excesivas o amenazantes. Se trata de un proceso natural que puede ayudar a enfrentar situaciones difíciles, pero que, si se prolonga en el tiempo, puede generar efectos negativos sobre la salud física y psicológica (Lazarus y Folkman, 1986; Organización Mundial de la Salud OMS, 2021). Como explica Richard (2000), el estrés se relaciona con las emociones, y su gestión ineficaz puede llegar a atraer consigo varios problemas de salud, afectando el bienestar general de las personas.

Rossi (2012), define al estrés como una tensión interna que surge en una persona cuando necesitamos adaptarnos a las exigencias que nos afectan.

El estrés académico es un fenómeno complejo que involucra diversas variables, como los factores estresantes relacionados con el ámbito académico, la percepción subjetiva del estrés por parte del estudiante y los efectos que este estrés genera. (Martín, 2007)

El estrés se caracteriza por la sobrecarga de tareas y actividad, donde los universitarios enfrentan una gran cantidad de responsabilidades educacionales en tiempos limitados, lo que genera presión constante (Avalos, 2024). Otra característica es la falta de control, donde el estudiante percibe que no puede gestionar de manera adecuada sus trabajos o las expectativas académicas, lo que ocasiona altos niveles de ansiedad (Espinosa-Castro et al., 2020). La autoexigencia elevada es común en los estudiantes, donde imponen metas irreales o muy ambiciosas, incrementando su frustración cuando no logran alcanzarlas (Restrepo et al., 2020). Además, otro rasgo es el aislamiento social, ya que los estudiantes pueden dejar de lado sus relaciones personales para centrarse en sus estudios, afectando su bienestar emocional (Berrío y Mazo, 2011).

### **Perspectiva histórica**

El concepto estrés en nuestra sociedad se llega a mostrar como algo común. Es un término completo, relevante y fascinante del cual no existe un acuerdo general sobre su definición (Martín, 2007). Por otra parte,

Moscoso (1998), comenta en el siglo XIX se pensaba que estaba relacionado tanto con estímulos o situaciones estresantes que en el siglo XX se afirmaba que el estrés era una reacción conductual y fisiológica.

En la antigüedad, Hipócrates desarrollo una teoría que relacionaba al estrés con desequilibrios en los humores del cuerpo lo que provocaba enfermedades físicas y emocionales (Garrison, 1929). Estas teorías siguieron prevaleciendo en a la edad Media, cuando el objetivo de la gestión del estrés era restablecer el equilibrio mediante dietas y hierbas medicinales (Siraisi, 1997).

En la revolución industrial debido al aumento de las exigencias laborales y del ritmo de vida que trabajo, el estrés se empezó a reconocer de una forma más amplia como un problema relacionado con la salud laboral. Las largas jornadas laborales y las duras circunstancias de trabajo se reconocieron como factores de riesgo para la salud física y mental, y aparecieron las primeras investigaciones sobre el agotamiento y el burnout de los empleados (Levine, 1995). Esta época marco el inicio de una comprensión más profunda sobre el estrés.

El estrés se ha investigado ampliamente en la era moderna desde diversas perspectivas tanto como el sociológico, el médico y el psicológico. El estilo de vida moderno, la digitalización y la globalización han incrementado los factores estresantes al incorporar elementos como la sobrecarga de información y la hiperconexión (Cooper y Dewe, 2008).

### **Modelos o teorías**

#### **Modelo sistémico cognoscitivista**

Barraza (2006), plantea que el estrés académico es el resultado de la interacción del entorno con el individuo, donde se evalúan cognitivamente las demandas y estresores, este modelo comenta que, al enfrentar exigencias académicas, realiza una valoración cognitiva del impacto de estas mismas pueda tener sobre el bienestar del estudiante.

#### **Modelo de transacción de estrés**

Este enfoque sugiere que da cuando el estrés se da cuando existe una acción reciproca entre la persona y como su entorno se llegue a desenvolver. Donde se centra en la evaluación cognitiva del estresor, el estudiante evalúa si el desafío es una amenaza y si tiene recursos

suficientes para afrontarlas. La forma en que un estudiante percibe y responde a una situación estresante determinara el nivel de estrés experimentado (Lazarus y Folkman, 1986).

### **Teoría del ajuste persona-entorno**

Esto surge entre exigencias del entorno y las capacidades del individuo. En el contexto académico si las expectativas académicas exceden las habilidades del estudiante. Este enfoque enfatiza la importancia de crear un entorno educativo que promueva un ajuste adecuado (Hans, 2013).

### **Modelo de residencia**

Este enfatiza como los estudiantes pueden superar el estrés que se forma en un ámbito académico a través de la residencia. Se investiga las habilidades de afrontamiento, el apoyo social y las características personales para poder mitigar el estrés y fomentar un rendimiento académico positivo (Alfonso et al., 2015)

### **Dimensiones**

Para Barraza (2006), define como un proceso sistémico de carácter adaptativo con esencia psicológica, que describe tres dimensiones: estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.

### **Estímulos estresores**

El estrés académico es el resultado de la interacción del individuo y su entorno, donde se evalúan cognitivamente las demandas o estresores, (Barraza, 2004).

### **Síntomas**

De acuerdo con Vizoso y Arias (2016), el estrés académico se presenta en diferentes sintomatologías, dichos síntomas impactan de manera significativa y negativa en el bienestar psicológico que los universitarios ocasionando un retraso en sus logros académicos.

### **Estrategias de afrontamiento**

Acciones que los estudiantes adoptan para manejar diferentes situaciones estresantes, para que empleen estrategias de afrontamiento activas y orientadas en el problema para mejorar los resultados académicos y menor presencia de estrés (Barraza, 2011).

### **Características del estrés**



El estrés se caracteriza por la sobrecarga de tareas y actividad, donde los universitarios enfrentan una gran cantidad de responsabilidades educacionales en tiempos limitados, lo que genera presión constante (Avalos, 2024). Otra característica es la falta de control, donde el estudiante percibe que no puede gestionar de manera adecuada sus trabajos o las expectativas académicas, lo que ocasiona altos niveles de ansiedad (Espinosa-Castro et al., 2020). La autoexigencia elevada es común en los estudiantes, donde imponen metas irreales o muy ambiciosas, incrementando su frustración cuando no logran alcanzarlas (Restrepo et al., 2020). Además, otro rasgo es el aislamiento social, ya que los estudiantes pueden dejar de lado sus relaciones personales para centrarse en sus estudios, afectando su bienestar emocional (Berrío y Mazo, 2011).

### **Consecuencias estrés**

Las consecuencias del estrés académico son diversas y se presentan tanto físicas como psicológicas, que pueden llegar a afectar el rendimiento académico. El estrés puede interferir con la concentración, lo que ocasiona un bajo rendimiento académico (Calatayud et al., 2022). Los estudiantes que llegan a experimentar niveles altos de estrés son más propensos a desarrollar ansiedad, depresión y otros trastornos emocionales (Chávez y Peralta, 2019). Para Pulido et al. (2011) los estudiantes estresados a menudo descuidan sus relaciones interpersonales lo que lleva a un aislamiento y una disminución en el apoyo social. La acumulación de estrés puede provocar desinterés por los estudios y una disminución de la motivación para participar en actividades académicas (Toribio-Ferrere y Franco-Bárcenas, 2016).

### **Perspectiva epistemológica**

El estrés académico visto desde una perspectiva epistemológica puede ser entendido como la interacción entre creencias del estudiante y las demandas del entorno educativo. Tal como indica Lazarus y Folkman (1986), esto se percibe de la relación del entorno con la persona, donde desempeña un rol fundamental la evaluación cognitiva en la percepción de los estudiantes. Esto indica las diferentes respuestas del estrés tanto a estímulos externos como también contribuye a la interpretación individual.

### **Perspectiva filosófica**

Puede ser analizado como la búsqueda de significado en la educación. Por tanto, Deci y Ryan (2000), sugiere que el bienestar psicológico esta relación con el logro de las necesidades básicas como son la competencia, autonomía y la relación. Las fallas de dichas necesidades pueden causar un incremento en el estrés percibido, ya que los estudiantes llegan a sentirse atrapados en un sistema donde no se puedan desarrollar la potencia que tienen.

### **3.2.2. Variable estrategias de afrontamiento**

#### **Definiciones**

Miller (1980), propuso que el fin del afrontamiento es una nivelación de intensidad de circunstancias de peligro o acciones nocivas sobre el individuo, mediante una agrupación de múltiples respuestas conductuales que fueron analizadas y estas son generadas por un factor estresante.

Lazarus y Folkman (1986), indican que el afronte en el individuo es generado por estímulos que exceden el límite de respuesta, estos cumplen mandatos de origen interno y externo, lo que con lleva un esfuerzo de procesos cognitivos y conductuales que se usan y transforman continuamente frente a las múltiples situaciones que se presenten a la persona,

Carver y Connor (2010), indican que el afrontamiento se calcula a partir de la relación de respuestas que las personas representan a través de las percepciones de amenaza, pérdida y daño. De igual forma, sustentan que disminuir situaciones de riesgo que están asociadas a sucesos estresantes es respuesta de la habilidad de control o manejo del individuo.

#### **Perspectiva histórica**

A lo largo del tiempo se han ido desarrollando y transformando los estilos de afrontamiento, dependiendo de contextos culturales, sociales, filosóficos en cada punto de la historia, desde una resignación religiosa en la edad media hasta enfoques modernos de terapias psicológicas.

Bauman (2000), indica que la posmodernidad genera un aumento de formas de afronte, los individuos tienen acceso a múltiples formas y técnicas desde prácticas tradicionales hasta enfoques técnicos, sin

embargo, esto también genera confusión sobre la manera adecuada para un mejor afronte al sufrimiento.

### **Modelos o teorías**

#### **Modelo procesual de afrontamiento transaccional**

Creado por Lazarus y Folkman (1986), basado en la relevancia que la persona otorga a sus modos y la complejidad de los problemas. Otorgando más énfasis al aspecto cognitivo que al conductual, siendo un modelo integro de alto fundamento científico, que especifica como una base de ideas, acciones concretas y adaptables de afrontamiento son capaces de solucionar y mellar problemas de estrés

#### **Modelo de afrontamiento de Moos y Schaefer**

Modelo de carácter transaccional, afirma que las herramientas que dispone el individuo para responder ante el ambiente negativo se denomina como afrontamiento al estrés, contemplando dos variables, foco de afrontamiento mediante la aproximación y evitación y método de afrontamiento de manera cognitiva o conductual (Moos y Schaefer 1993).

#### **Modelo de autorregulación**

Concepto acuñado en la autoconciencia estado y rasgo, compuesto por atención auto focalizada y externa que guían la atención del individuo sobre sí mismo. Propuesta por Carver y Sheier (1981), exponen que el surgimiento del estrés es provocado por articulaciones congénitas o aprendidas por la persona, y que el dominio de emociones se atribuye a una autorregulación.

#### **Dimensiones**

Carver et al. (1989), a continuación; establece 5 dimensiones: Afrontamiento enfocado al problema modificando el evento que produce estrés, afrontamiento enfocado emoción orientada al manejo emocional ante la situación estresante, estilo centrado al apoyo social para la minimización de la incomodidad que se percibe, estilo centrado a la evitación relacionada a una conducta evitativa ante un evento estresante y estilos adicionales como el uso del humor o medicamento.

#### **Estilo enfocado en el problema**

Siguiendo a Carver et al. (1989) se tiene el:

- Afrontamiento activo: siendo comportamientos orientados a alejar, evitar o distanciar los estímulos con el fin de reducir las consecuencias negativas que son generadas por un factor estresante.
- Planificación de actividades: meditar, analizar y organizar planes para el manejo de la problemática.
- Supresión de actividades distractorias: posponer o distraer actividades para poder centrarse en el problema, evitando ser distraído y controlando mejor los estímulos estresantes.

### **Estilo enfocado en la emoción según Carver et al. (1989)**

- Restricción: esperar hasta que se dé la situación oportuna para afrontar el problema.
- Reinterpretación positiva: refiriéndose a la valoración del problema de forma positiva, asumiéndolo como aprendizaje y experiencia para el futuro.
- Aceptación: afronta el problema siendo consciente de que existe el factor estresante, para obtener un aprendizaje
- Acercamiento a la religión: individuos con alta tensión de estrés buscan ayuda en la religión para disminuir el malestar emocional

### **Estilo enfocado en la evitación**

- Negación: omisión del factor estresante, generando más incomodidad llegando a negarlo y estimándolo como irreal.
- Desactivación mental: conjunto actividades distractoras para evitar el malestar emocional.
- Desactivación conductual: orientar la energía hacia acontecimientos positivos, reduciendo conductas relacionadas al estresor (Carver et al. 1989).

### **Estilo centrado en el apoyo social**

Búsqueda de soporte social: apoyo que se brindan por factores externos como amigos o familiares donde expresan sus emociones, y búsqueda de información para el afronte del estresor.

Como aporte adicional dentro de la dimensión centrado en el problema ayuda de manera practica una variación de situaciones. Mientras

que, el estilo enfocado en las emociones conservara una función adecuada inalterable (Cassaretto et al. 2003).

### **Estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios**

Cornejo y Lucero (2005) identifican que el comienzo de la etapa universitaria surge factores que predominan como, sentimientos de soledad, ansiedad y miedo. Mientras que Cabrera (2017) atribuye que los constantes sentimientos de angustia que los universitarios padecen son causados por diferentes factores, como la preparación antes su examen, la pronta incorporación al mundo laboral y la búsqueda de una pareja sentimental

Clasificar como positivo o negativo al método que usa la persona para afrontar el problema es incorrecto; tomando prioridad el método de ejecución del individuo, así como también si se llevó a cabo en un entorno apropiado (Amigo, 2000)

### **Perspectiva epistemológica**

El conocimiento es una construcción que se origina entra la interacción del individuo con el ambiente, por ende, los estilos de afrontamiento serán adaptados de acuerdo a la forma en que el sujeto organice y añada su experiencia de las adversidades que afronte (Von Glasersfeld 1995)

Esta perspectiva nos invita a reflexionar sobre la construcción de conocimiento de los individuos, los múltiples desafíos y afrontes hacia problemas que dañan su salud mental, y como estos afrontes llegan a ser validados por ellos o la sociedad por su efectividad pragmática.

### **Perspectiva filosófica**

Vista desde diferentes perspectivas filosóficas, los estilos de afrontamiento muestran varios estilos de pensamiento donde se comprende y confronta las adversidades, de manera estoica con la aceptación, la existencialista con libertad, el pragmático con la flexibilidad o el budismo trascendiendo, cada uno muestra un enfoque según los valores del individuo.

Freud y Lacan (1977), definen al estilo de afrontamiento psicoanalítico como múltiples mecanismo conscientes e inconscientes que tienen como función defender al individuo de un malestar mental ya sea de manera adaptativa o desadaptativa.

### 3.3. Marco conceptual

- Estrés: Según Gascón (2008), el estrés es una respuesta del organismo que puede ser positiva o negativa, dependiendo de la forma en que se maneje, y se muestra a través de una serie de síntomas físicos, emocionales y conductuales que pueden entorpecer la vida cotidiana
- Académico: Comprende la adquisición de conocimientos teóricos, desarrollo de habilidades críticas y analíticas para que permiten a los estudiantes interactuar de manera efectiva en su contexto social y profesional (Fernández 2010).
- Afrontamiento: Entendido como un proceso dinámico que incluye la evaluación de las demandas y los recursos disponibles, que posibilita a la persona lidiar de manera adaptativa con situaciones adversas y estresantes (Tobal 2007).
- Estrategias: Fernández (2008), conceptualiza que la estrategia es el proceso mediante el cual una organización define sus metas u objetivos, analizando su entorno y la estructura de acciones coordinadas para alcanzar ventajas competitivas sostenibles.
- Conducta: Skinner (1953), define que la conducta es todo lo que un organismo hace, y que estos son condicionados por el entorno a través de refuerzos y castigos.
- Déficit: Luria (1980), el déficit en el funcionamiento cognitivo, emocional o conductual está relacionado a alteraciones en estructuras cerebrales específicas, causando una reducción, pérdida de determinadas capacidades que afectan el comportamiento adaptativo y el rendimiento intelectual.
- Desempeño: Para Chiavenato (2009), el desempeño es el cumplimiento de las responsabilidades asignadas, obteniendo los objetivos y metas trazadas de una manera efectiva y eficiente, con el uso óptimo de recurso en un tiempo establecido
- Cognición: Eysenck y Keane (2015), lo definen como el proceso de adquirir, procesar y almacenar información, que incluye actividades como la percepción, el razonamiento, la memoria y la toma de decisiones.

- Ansiedad: Se caracteriza por tener sentimientos de tensión, miedo y preocupación, con lleva cambios físicos, aumento de ritmo cardiaco y su duración (American Psychiatric Association,2013).
- Depresión: Según la American Psychiatric Association (2013), la depresión es considerada como un trastorno del estado de ánimo caracterizado por una persistente tristeza, pérdida de interés o placer en actividades, y una disminución de la energía, que impacta significativamente en la vida diaria de la persona.

## IV. METODOLOGÍA

El presente estudio corresponde a un enfoque cuantitativo, de acuerdo con Bisquerra (2018) basada en la recolección y análisis de datos numéricos, con el objetivo de señalar la correlación entre variables, generando resultados y evidenciando patrones de conducta.

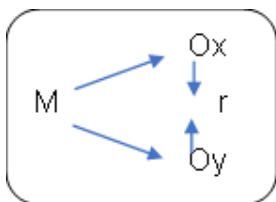
### 4.1. Tipo y nivel de investigación

Corresponde a una investigación de tipo básica, en este contexto para Tamayo (2020), buscando incrementar el conocimiento moderno, sobre hechos naturales y sociales, sin buscar una práctica inmediata. Estableciendo bases para el progreso científico y la creación y desarrollo de nuevas tecnologías.

De nivel correlacional, por que examina la relación entre dos o más variables, permitiendo reconocer el grado de relación entre ellas, sin implicar causalidad (Martínez 2021).

### 4.2. Diseño de investigación

De diseño transversal y correlacional de la investigación no experimental fundamentada en la examinación de los acontecimientos tal y como ocurren en su ambiente natural. Con el objetivo de examinar la correlación entre dos o más variables en una cohorte durante un solo periodo de tiempo (Hernández et al. 2022).



Dónde:

M: estudiantes de psicología

Ox: estilos de afrontamiento

Oy: estrés académico

R: Relación entre las variables

### 4.3. Hipótesis general y específicas

#### Hipótesis general

HG Existe relación entre el estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Administración en una universidad Pública de Puno, 2024.



### **Hipótesis específicas**

- HE1 Existe relación entre estrés académico y el uso del afrontamiento enfocado en el problema por parte de los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024.
- HE2 Existe relación entre estrés académico con el uso del afrontamiento enfocado en la emoción por parte de los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024.
- HE3 Existe relación entre los niveles de estrés académico con el uso de otros estilos adicionales de afrontamiento, en los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024.

### **4.4. Identificación de variables**

#### **Estrés académico**

Definición conceptual: Para Martínez y Díaz (2007), presenta al estrés académico como el malestar de un alumno derivado de diferentes factores físicos, emocionales, sociales o ambientales que llegan a repercutir significativamente en su capacidad para poder afrontar el contexto escolar en términos de rendimiento académico, pérdida de exámenes, relaciones con compañeros y docentes entre otros. El estrés académico se presenta cuando los estudiantes sienten que las demandas académicas exceden su capacidad para manejarlas, lo que provoca emociones como ansiedad, frustración y tensión. Este tipo de estrés puede influir negativamente en la salud mental y física de los estudiantes, afectando su rendimiento y motivación (Lazarus y Folkman, 1984).

Definición operacional: Se empleo el Inventario SISCO SV-21, el cual se compone con 21 ítems, el instrumento evalúa 3 dimensiones del estrés, como son los estresores, los síntomas y los métodos de afrontamiento todos estos en estudiantes. Dicho instrumento presenta sus respuestas en escala Likert.

#### **Estilos de afrontamiento**

Definición conceptual: Según Lazarus y Folkman (1984), definen a los estilos de afrontamiento a las estrategias cognitivas y conductuales en constante evolución creadas para gestionar determinadas presiones internas y externas que se consideran excesivas o que desbordan la capacidad de la persona y los recursos que esta disponga.

Definición operacional: Se empleo el instrumento Coping Estimation Inventory – COPE que permite identificar y cuantificar las diferentes formas en la que los estudiantes manejan el estrés relacionado con sus actividades académicas. Cual consta de 52 ítems y esta evalúa las diferentes formas de estilos de afrontamiento tanto enfocados en el problema, emoción y otros estilos adicionales de afrontamiento.



**Tabla 2**

*Matriz de operacionalización de la variable Métodos de afrontamiento*

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE VALORES	NIVELES DE RANGOS	TIPO DE VARIABLE ESTADÍSTICA	
Estilos de afrontamiento	Enfocados al problema	Afrontamiento activo					
		Planificación					
		La supresión de otras actividades	1, 2, 3, 4, 5, 14, 15, 16, 17, 18, 27, 28,				
		La postergación del afrontamiento	29, 30, 31, 40, 41, 42, 43, 44			Muy pocas veces: 25	
	Enfocados a la emoción	La búsqueda de apoyo social			Siempre (Si)	Depende de las circunstancias: 50-75	Ordinal Intervalo
		La búsqueda de soporte emocional			Nunca (No)		
		Reinterpretación positiva y desarrollo personal	6, 7, 8, 9, 10, 19, 20, 21, 22, 32, 33, 34, 35, 36, 45, 46,			Frecuentemente: 100	
		La aceptación	47, 48, 49				
		Acudir a la religión					
		Análisis de las emociones					
Otros estilos adicionales de afrontamiento	Negación	11,12, 13, 24, 25,					
	Conductas inadecuadas	26, 37, 38, 39, 50,					
		Distracción	51, 52				

## 4.6. Población – Muestra

### Población

Referida para un grupo de personas que comparten características similares dentro de un contexto y tiempo específicos, resultando como seleccionados para formar parte del análisis en una de investigación (Hernández y Mendoza, 2018). Resultado como población a 582 estudiantes universitarios, de sexo masculino como femenino de la carrera profesional de Administración, entre un rango de edad de 18 a 35 años, matriculados en el semestre 2024-II.

### Muestra

La muestra representa un subgrupo de la población escogido para un análisis, con el propósito de que refleje con la mayor precisión posible las características de la población total, de tal forma que los resultados logrados puedan generalizarse Hernández et al. (2022). En este estudio, la muestra se estableció utilizando la fórmula de poblaciones finitas, contando con la participación de 226 individuos.

$$\frac{(S^2 * N) * (P * Q)}{E^2(N - 1) + S^2(P * Q)}$$

n= Tamaño de la muestra

S = Sigma = Nivel de Confianza (1-5)

N = Universo

P = Posibilidad de éxito = 50%

Q = Posibilidad de error = 50%

E = Error muestral (1-10)

$$n = \frac{(3.849 * 582) * (60 * 40)}{25(582) + 3.849(60 * 40)}$$

$$n = \frac{5376903}{23764}$$

$$n = 226$$

### Muestreo

El tipo de muestreo que se presenta en la investigación es un muestreo no probabilístico, intencionado que permitió seleccionar a los participantes en función a sus características específicas o de accesibilidad, de manera que podamos acceder a una muestra específica. Esta se utiliza cuando los

investigadores buscan profundizar en aspectos concretos. (Hernández et al. 2014).

### **Criterios de selección**

#### **Criterios de inclusión**

- Estudiantes matriculados en el semestre académico 2024-II
- Estudiantes matriculados en la Escuela de Administración
- Estudiantes de ambos sexos
- Estudiantes que acepten participar voluntariamente

#### **Criterios de exclusión**

- Estudiantes que no estén matriculados en el semestre académico 2024-II
- Estudiantes que no completen el cuestionario
- Estudiantes que no firmen el consentimiento informado
- Estudiantes que no estén presentes el día de aplicación de instrumentos.

### **Consideraciones éticas**

Según Cortina y Martínez (2021) Los aspectos éticos, en cualquier contexto, incluida la investigación, requieren la implementación de valores fundamentales como la honestidad, la justicia y el respeto, con el propósito de fomentar el bienestar colectivo y prevenir posibles perjuicios tanto a las personas como a la sociedad. Este planteamiento subraya la relevancia de asumir una responsabilidad moral al tomar decisiones y al interactuar con los demás.

Autonomía desde una perspectiva ética, se basa en respetar la facultad de cada individuo para tomar decisiones en función de sus propios valores, creencias y preferencias, siempre que dichas elecciones no perjudiquen a terceros. Este principio es esencial tanto en el ámbito de la investigación como en cualquier contexto donde se busque proteger la dignidad y la capacidad de autodeterminación de las personas (Beauchamp y Childress, 2019).

Justicia este principio es esencial en áreas como la investigación, la educación y la política, donde se pretende fomentar la equidad y el respeto por la dignidad de las personas, implica establecer un sistema que asegure la igualdad de derechos y oportunidades, favoreciendo una distribución justa de los beneficios y responsabilidades dentro de la sociedad (Rawls, 2001).

Benevolencia se fundamenta en la habilidad racional de reconocer que la existencia va más allá de uno mismo, lo que requiere una acción coherente acorde con esa comprensión. Este principio resulta crucial en la ética aplicada,

particularmente en campos como la salud, la educación y el trabajo social, donde la preocupación por el bienestar ajeno es clave (Spaemann, 2021).

No maleficencia supone un compromiso con evitar causar daños y sufrimiento, procurando siempre reducir al mínimo cualquier daño potencial que pueda resultar de nuestras acciones. Este principio es fundamental en áreas como la medicina, la investigación y la bioética, donde el objetivo es salvaguardar a las personas de posibles daños (Beauchamp y Childress, 2019).

Es imperativo conseguir el consentimiento informado de los participantes, para que comprendan los procedimientos, objetivos, beneficios que lleva la investigación (Creswell 2013), mientras que la confidencialidad y privacidad según Babbie (2015) asegura que la información otorgada de los sujetos no será expuesta y solo será usada por el investigador para el control de los datos, así mismo, es esencia que los resultados o hallazgos sean transparentes y honestos, sin la manipulación de datos para obtener resultados deseados, siendo esto fundamental para la credibilidad del estudio, tanto como para futuras investigaciones de la misma índole (Punch 2014).

#### **4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de información**

##### **Técnica**

La técnica empleada para el presente estudio fue la encuesta, la cual, tiene como función recolectar datos e información de una población mediante la aplicación de un cuestionario estandarizado como es el SISCO SV-21 y el COPE, siendo el material adecuado para investigaciones cuantitativas (Sampieri, et al. 2014).

##### **Instrumentos**

##### **Inventario**

Según Anastasi y Urbina (2004) Los inventarios psicológicos son instrumentos esenciales para medir rasgos o dimensiones específicas de la psicología, permitiendo una evaluación objetiva y estructurada de la personalidad, las habilidades o los trastornos mentales. Estos recursos son cruciales tanto en la investigación como en la práctica clínica, ya que proporcionan datos clave que orientan el diagnóstico, tratamiento e intervención psicológica.

##### **Cuestionario**

Para García y Pérez (2015) Los cuestionarios psicológicos facilitan la recolección de datos organizados sobre distintos aspectos de la psicología humana, tales como la personalidad, las actitudes o los síntomas, siendo fundamentales para

llevar a cabo diagnósticos, investigaciones y desarrollar intervenciones. Estos instrumentos pueden utilizarse en entornos clínicos, educativos o de investigación).

### **Tabla 3**

*Ficha técnica del instrumento para evaluar la variable Estrés Académico  
Inventario SISCO SV-21*

Nombre del instrumento original	: Inventario SISCO SV-21
Autores	: Arturo Barraza Macia
Año y país de publicación	: 2018 México
Autores	: Lincol Orlando Olivas Ugarte, Shanny Fiorella Morales-Hernández y Milagros Kateryn Solano-Jáuregui
Año y país de publicación	: 2021 Perú
Dimensiones	: 3 (Estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento)
Numero de ítems	: 24
Forma de aplicación	: Individual y colectiva
Tiempo de aplicación	: 20 – 25 minutos
Código ISSN	: 2307-7999
Link o DOI de ubicación del instrumento a emplear	: <a href="https://doi.org/10.20511/pyr2021.v9n2.647">https://doi.org/10.20511/pyr2021.v9n2.647</a>
Propiedades psicométricas del instrumento original	<p>Validez: Los datos recopilados en el estudio muestran una validez de la consistencia interna y el análisis de grupo, reconociendo a los ítems con un nivel de significancia .00 y permiten la discriminación de los estresores ya sean de nivel alto o bajo (Barraza, 2017).</p> <p>Confiabilidad: Aplicado en una población muestral de 168 alumnos de educación superior,</p>



Propiedades psicométricas del instrumento adaptado	<p>presenta según el Alfa de Cronbach un índice de .92 (Barraza, 20017).</p> <p>Confiabilidad: con una estimación del coeficiente omega mayor .80. y para la dimensión de estresores con 0.90, factor síntomas 0.89 y estrategias de afrontamiento igual a .89</p> <hr/> <p>Validez: Según el análisis factorial confirmatorio, donde se evaluó mediante tres modelos de media, se concluyó que es más efectivo usar el modelo propuesto por Barraza.</p> <hr/>
--	---

#### **Tabla 4**

*Ficha técnica del instrumento para evaluar la variable Modos de Afrontamiento: Coping Estimation Inventory – COPE*

Nombre del instrumento original	: Coping Estimation Inventory - COPE
Autor	: Charles Carver, Michael Scheier y Jagdish Weintraub
Año y país de publicación	: 1989 Estados Unidos
Nombre del instrumento adaptado	: Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE)
Autor	: Casuso (1996) (Cassaretto y Chau, 2016)
Año y país	: Perú 2016
Dimensiones	: 3 (Enfocado en el problema, emoción y Otros estilos)
Numero de ítems	: 52
Forma de aplicación	: Individual y colectiva
Tiempo de aplicación	: 15 – 20 minutos
Código ISNN	: 1135-3848
Link o DOI de ubicación del instrumento a emplear	: 10.21865/RIDEP42_95

Propiedades psicométricas del instrumento original	<p>Validez: Carver et al. (1989) inicialmente administrado a 978 estudiantes universitarios de Estados Unidos, arrojando 12 factores, 11 de fácil interpretación y 1 por debajo de 0.39.</p> <p>Confiabilidad: Originalmente presentó valores de confiabilidad de 0.45 a 0.92 mediante el índice de alfa de Cronbach (Carver et al., 1989)</p>
Propiedades psicométricas del instrumento adaptado	<p>Validez: Cassaretto y Chau (2016) aplicaron su validez en una muestra de 300 alumnos de pre grado resultando con una varianza de 0.42 dentro de los 15 factores de la prueba adaptada.</p> <p>Confiabilidad: Cassaretto y Chau (2016) demostraron una confiabilidad de las dimensiones que oscilaban entre 0.53 a 0.91 mediante el índice de alfa de Cronbach.</p>

#### **4.8. Técnica de análisis y procesamiento de datos**

La técnica de análisis empleada para la recopilación de datos fue la encuesta, técnica que utiliza preguntas estructuradas para la obtención de información de una muestra representativa, siendo una herramienta efectiva para recopilar datos de opinión, conducta y rasgos de una población (Bisquerra 2018).

Para Hernández et al. (2014), define el análisis descriptivo como una forma en la que se resume, presenta y organiza los datos de manera que se puedan comprender fácilmente. Esto se hace mediante tablas, grafico, medidas de tendencia y medidas de dispersión. Pretende simplemente describir los datos recolectados en la muestra.

Como explica Hernández et al. (2014), explica que un análisis inferencial es aquel que permite hacer predicciones y someter a prueba hipótesis de una población, con base en la información recabada a partir de la muestra seleccionada. Por lo tanto, este análisis se vuelve esencial para saber los resultados encontrados en la muestra.

## V. RESULTADOS

### 5.1. Presentación de resultados – Descriptivos

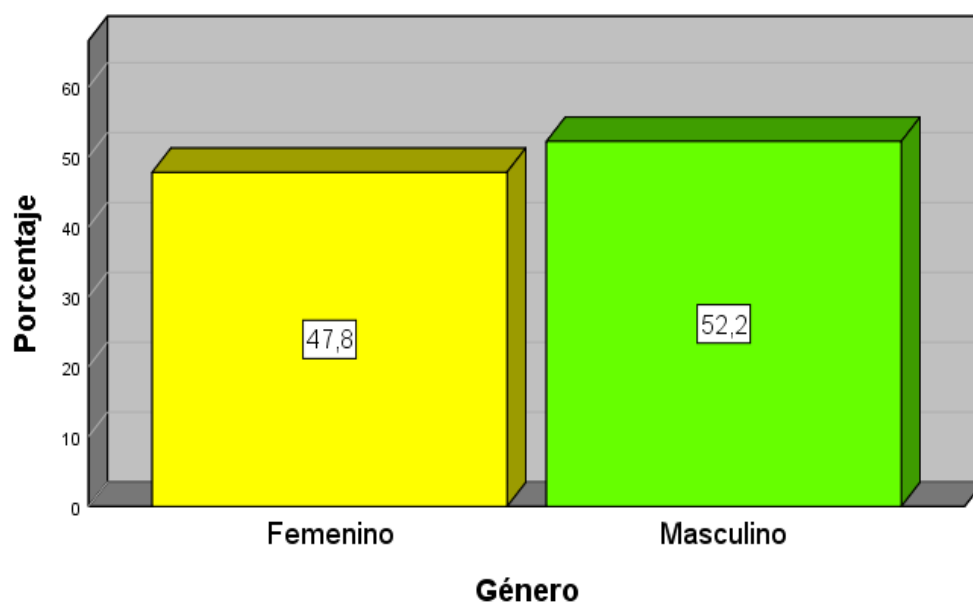
**Tabla 5**

*Género de los estudiantes universitarios de administración.*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	108	47.8%
Masculino	118	52.2%
Total	226	100.0%

**Figura 1**

*Porcentaje de género de los estudiantes universitarios de administración.*



En la tabla 5 y figura 1, se observa que un 52% de los estudiantes universitarios de administración evaluados son del género masculino, mientras que, un 48% del género femenino. Indicando que, aunque existe una ligera predominancia del género masculino en la muestra evaluada, la proporción está relativamente equilibrada entre ambos géneros.

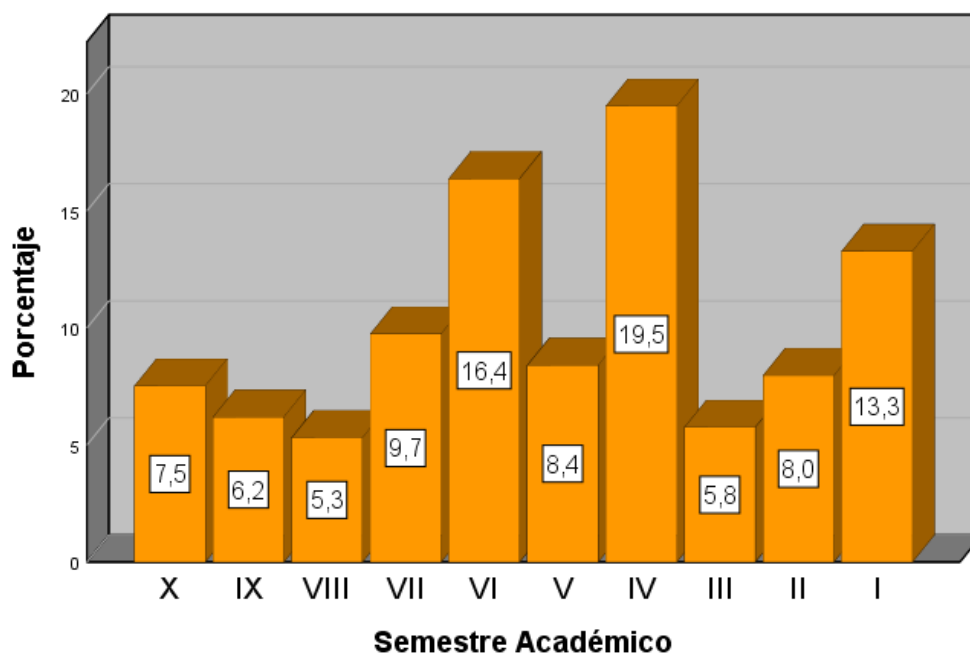
**Tabla 6**

*Semestre académico de los estudiantes universitarios de administración.*

Niveles	f	%
Decimo semestre	17	7.50%
Noveno semestre	14	6.20%
Octavo semestre	12	5.30%
Séptimo semestre	22	9.70%
Sexto semestre	37	16.40%
Quinto semestre	19	8.40%
Cuarto semestre	44	19.50%
Tercer semestre	13	5.80%
Segundo semestre	18	8.00%
Primer semestre	30	13.30%
Total	226	100%

**Figura 2**

*Porcentaje del semestre académico de los estudiantes universitarios de administración.*



Se observa en la tabla 6 y figura 2, el porcentaje de alumnos universitarios de administración evaluados por semestre, teniendo la mayor participación en la evaluación a los alumnos del cuarto semestre con un 19.5%, seguido de sexto semestre con un 16.4% y primer semestre con un 13.3%, mientras que la participación más baja fue del octavo semestre con un 5.3%.

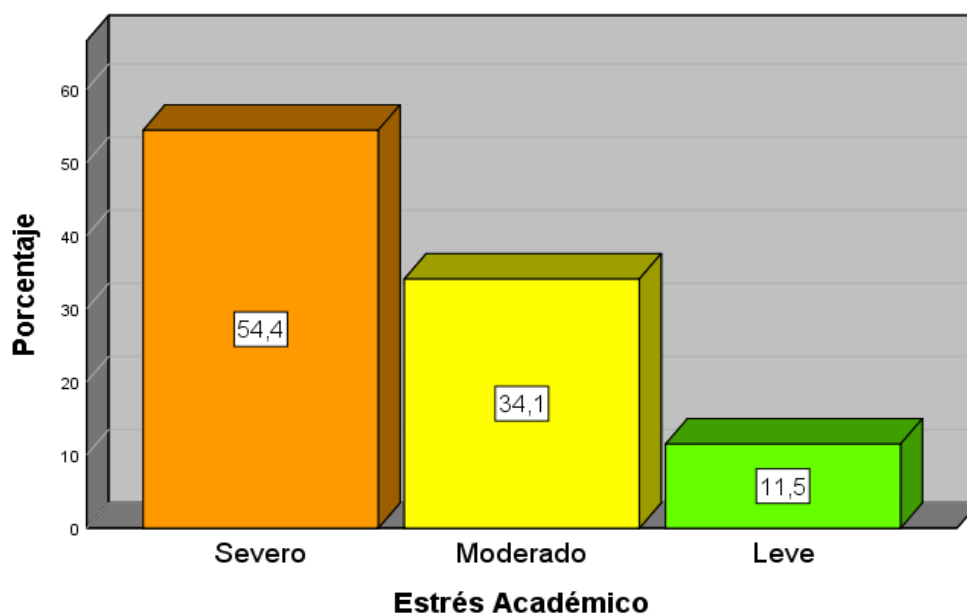
**Tabla 7**

*Frecuencia del nivel de estrés académico de los estudiantes universitarios de administración.*

Nivel	f	%
Severo de estrés	123	54.40%
Moderado de estrés	77	34.10%
Leve de estrés	26	11.50%
TOTAL	226	100 %

**Figura 3**

*Porcentaje del nivel de estrés académico de los estudiantes universitarios de administración.*



Se observa en la tabla 7 y figura 3, la frecuencia del nivel de estrés académico, donde un 54.4% de estudiantes presenta un nivel severo de estrés, mientras que un 34% de estudiantes presenta un nivel moderado de estrés y un 11.5% de estudiantes un nivel leve de estrés. Indicando que, más de la mitad de estudiantes de la muestra presenta un nivel severo de estrés, presentando una situación preocupante que requeriría de intervención inmediata, sugiriendo que las estrategias de manejo del estrés no están siendo eficaces.

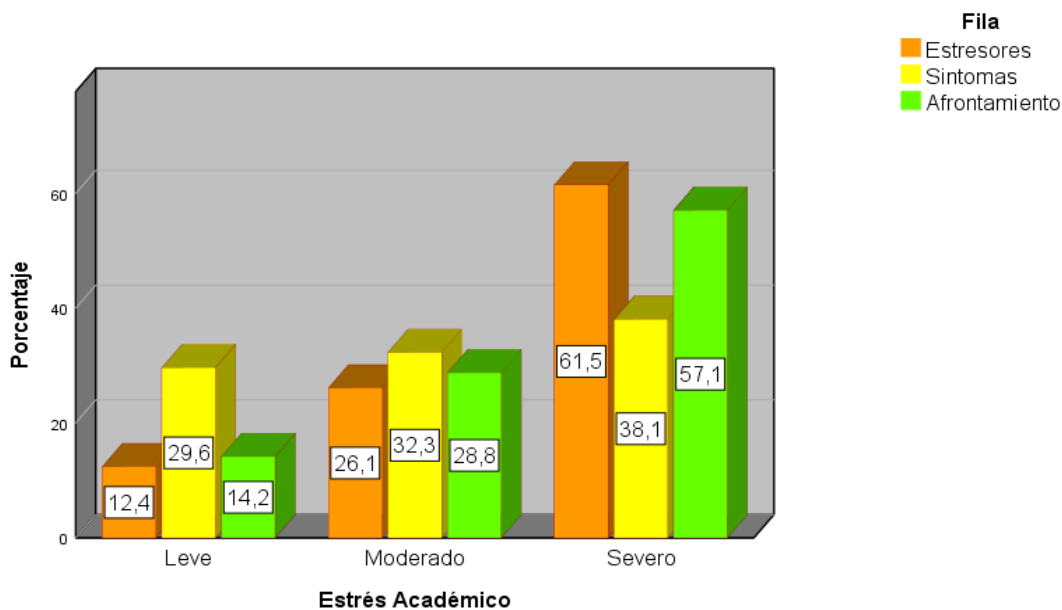
**Tabla 8**

*Frecuencia por dimensiones del nivel de estrés académico de los estudiantes universitarios de administración.*

Nivel		Estresores	Síntomas	Afrontamiento
Leve	f	28	67	32
	%	12.40%	29.60%	14.20%
Moderado	f	59	73	65
	%	26.10%	32.30%	28.80%
Severo	f	139	86	129
	%	61.50%	38.10%	57.10%
Total	f	226	226	226
	%	100%	100%	100%

**Figura 4**

*Porcentaje por dimensiones del nivel de estrés académico de los estudiantes universitarios de administración.*



Se observa en la tabla 8 y figura 4, las dimensiones por nivel de la variable estrés académico, donde en la dimensión estresores, el 61.5% presenta un nivel severo, el 26.1% presenta un nivel moderado y el 12.4% un nivel leve.

En la dimensión síntomas, el 38.1% presenta un nivel severo, el 32.3% un nivel moderado y el 29.6% un nivel leve.

En la dimensión afrontamiento, un 57.1% presenta un nivel severo, el 34.1% un nivel moderado y el 14.2% un nivel leve. Mostrando una amplitud similar en las dimensiones de estresores y afrontamiento, mientras que la dimensión síntomas esta menos dispersa, indicando que, el alto estrés generado en los estudiantes puede estar relacionado al entorno y un afrontamiento inadecuado.

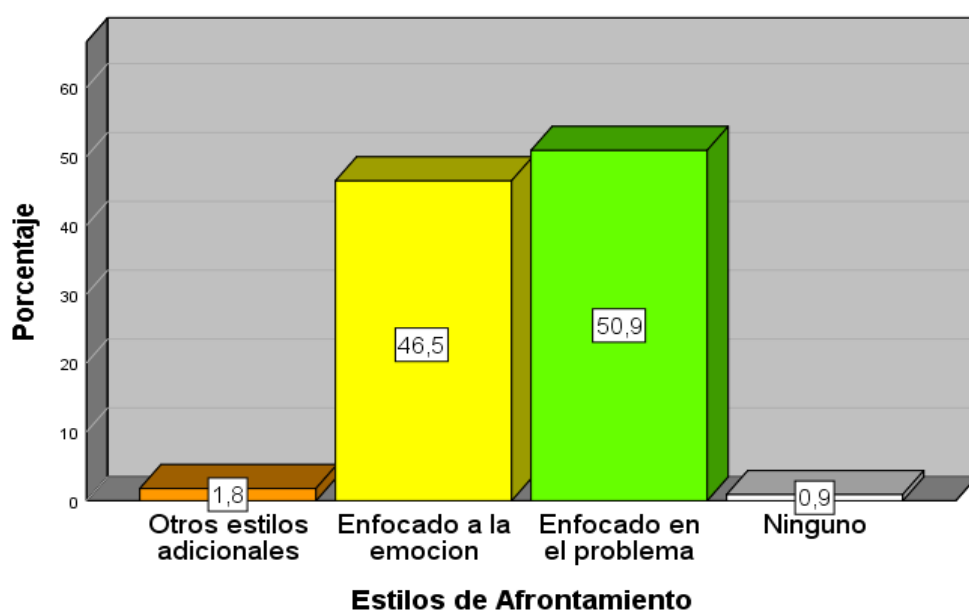
**Tabla 9**

*Frecuencia del uso de estilos de afrontamiento de los estudiantes universitarios de administración.*

Estilo	f	%
Afrontamiento dirigido al problema	4	1.80%
Afrontamiento enfocado en la emoción	105	46.50%
Otros estilos adicionales de afrontamiento	115	50.90%
Ninguno	2	0.90%
Total	226	100%

**Figura 5**

*Porcentaje del uso de estilos de afrontamiento de los estudiantes universitarios de administración.*



Se observa en la tabla 9 y figura 5, la frecuencia de los estilos de afrontamiento, donde un 50.9% usa otros estilos adicionales de afrontamiento, el 46.5% usa el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción, el 1.8% usa el estilo de afrontamiento dirigido al problema y un 0.9% no usa ningún estilo de afrontamiento mencionado. Indicando que, un bajo porcentaje de estudiantes usa un estilo de afrontamiento dirigido al problema, el cual, es esencial para



afrontar el estrés de manera óptima, sugiriendo una falta de habilidades para abordar el problema.

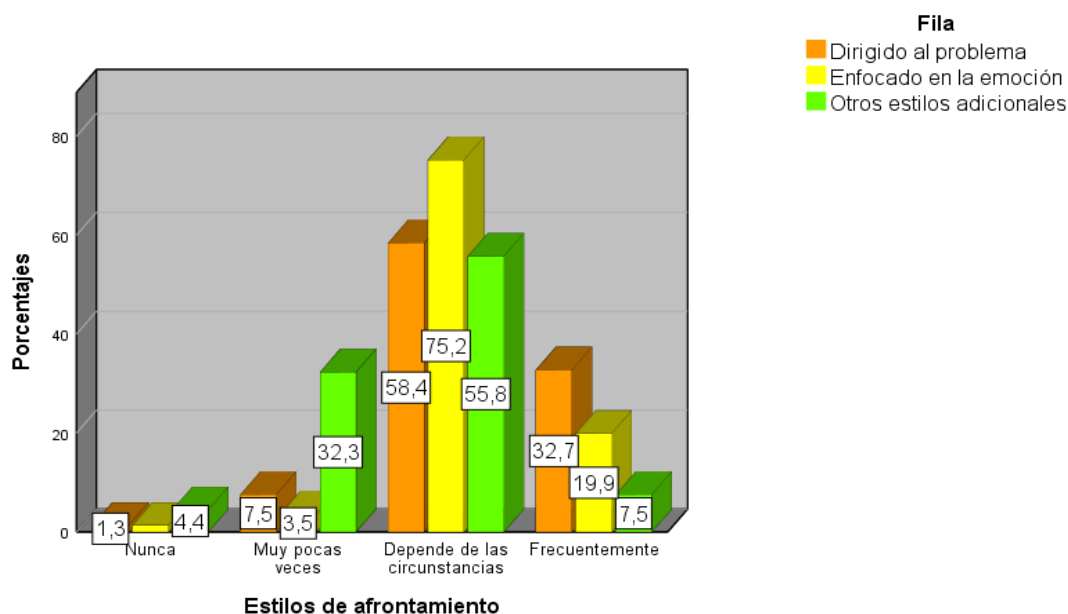
**Tabla 10**

*Frecuencia de afrontamiento por estilo de los estudiantes universitarios de administración.*

Nivel		Estilo de afrontamiento dirigido al problema	Estilo de afrontamiento enfocado en la emoción	Otros estilos adicionales de afrontamiento
Nunca	f	3	3	10
	%	1.30%	1.30%	4.40%
Muy pocas veces	f	17	8	73
	%	7.50%	3.50%	32.30%
Depende de las circunstancias	f	132	170	126
	%	58.40%	75.20%	55.80%
Frecuentemente	f	74	45	17
	%	32.70%	19.90%	7.50%
Total	f	226	226	226
	%	100%	100%	100%

**Figura 6**

*Frecuencia de afrontamiento por estilo de afrontamiento de los estudiantes universitarios de administración.*



Se observa en la tabla 10 y figura 6, la frecuencia de afrontamiento de las dimensiones de la variable estilos de afrontamiento, donde en el estilo de afrontamiento dirigido al problema, el 58.4% depende de las circunstancias para afrontar el estrés, el 32.7% tiene una forma frecuente de afrontar el estrés, mientras que el 7.5% muy pocas veces afronta el estrés y el 1.3% nunca afronta el estrés. En el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción, el 75.2% depende de las circunstancias para afrontar el estrés, el 19.9% tiene una forma frecuente de afrontar el estrés, mientras que el 3.5% muy pocas veces afronta el estrés y el 1.3% nunca afronta el estrés. En los estilos adicionales de afrontamiento, el 55.8% depende de las circunstancias para afrontar el estrés, el 32.3% muy pocas veces afronta el estrés, mientras que el 7.5% tiene una forma frecuente de afrontar el estrés y el 4.4% nunca afronta el estrés. Indicando que, la estrategia de modo de afrontamiento es influenciada por las circunstancias en las que se halla la persona.

## 5.2. Presentación de resultados – Tablas cruzadas

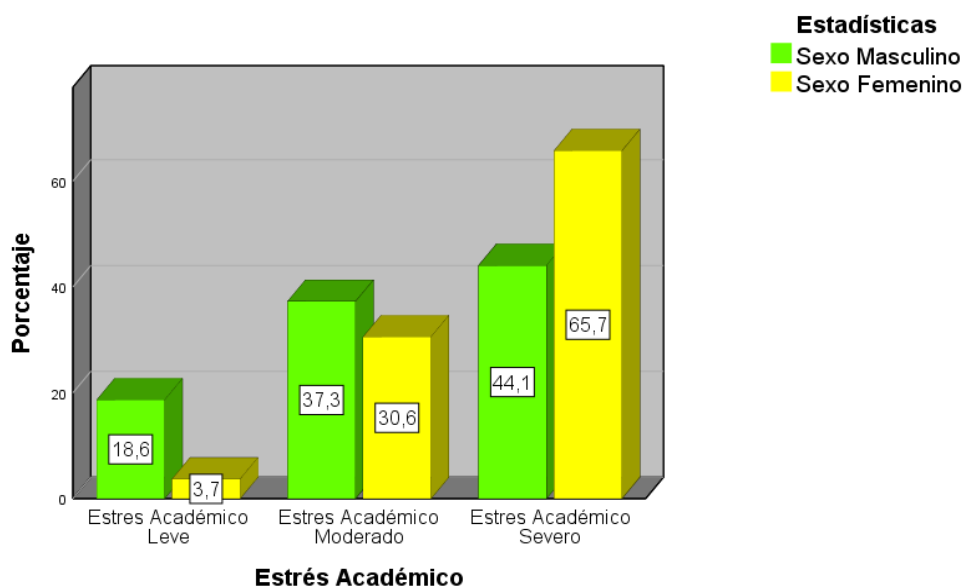
**Tabla 11**

*Nivel de estrés académico según el sexo de los estudiantes universitarios de administración.*

Nivel		Leve	Moderado	Severo	Total
Masculino	f	22	44	52	118
	%	18.60%	37.30%	44.10%	100%
Femenino	f	4	33	71	108
	%	3.70%	30.60%	65.70%	100%
Total	f	26	77	123	226
	%	12%	34%	54%	100%

**Figura 7**

*Nivel de estrés académico según el sexo de los estudiantes universitarios de administración.*



Se observa en la tabla 11 y figura 7, la correlación entre las variables estrés académico y género, el 65.7% de la población femenina y un 44.1% de la población masculina muestran un nivel de estrés académico severo, mientras que, el 37.3% de los hombres y el 30.6% de las mujeres muestran un nivel de estrés

académico moderado y finalmente un 18.6% de los hombres y un 3.7% de las mujeres muestran un nivel de estrés académico leve. Indicando que, las mujeres tienen una alta prevalencia de estrés académico severo, en comparación a los hombres, por otro lado, el estrés académico leve es menos común en ambos géneros, especialmente en las mujeres con un 3.7%. Globalmente más de la mitad de estudiantes muestra un nivel severo de estrés, sugiriendo que es un problema fundamental para los estudiantes de administración.

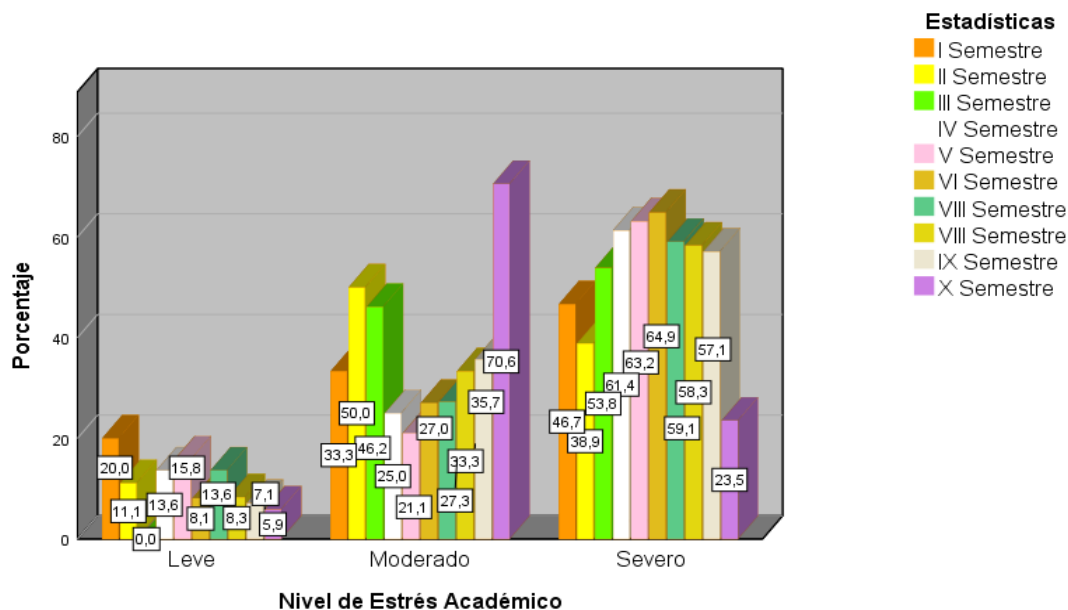
**Tabla 12**

*Nivel de estrés académico según el semestre académico de los estudiantes universitarios de administración.*

Nivel		Leve	Moderado	Severo	Total
I	f	6	10	14	30
	%	20%	33.3%	46.7%	100%
II	f	2	9	7	18
	%	11.1%	50%	38.9%	100%
III	f	0	6	7	13
	%	0%	46.2%	53.8%	100%
IV	f	6	11	27	44
	%	13.6%	25%	61.4%	100%
V	f	3	4	12	19
	%	15.8%	21.1%	63.2%	100%
VI	f	3	10	24	37
	%	8.1%	27%	64.9%	100%
VII	F	3	6	13	22
	%	13.6%	27.3%	59.1%	100%
VIII	f	1	4	7	12
	%	8.3%	33.3%	58.3%	100%
IX	f	1	5	8	14
	%	7.1%	35.7%	57.1%	100%
X	f	1	12	4	17
	%	5.9%	70.6%	23.5%	100%
Total	f	26	77	123	226
	%	11.5%	34.1%	54.4%	100%

**Figura 8**

*Nivel de estrés académico según el semestre académico de los estudiantes universitarios de administración.*



En la tabla 2 y figura 8 se observa, la correlación entre las variables estrés académico y el semestre académico de los estudiantes de administración, donde el estrés académico severo afecta a casi la mitad de estudiantes de primer semestre con un 46.7%, el estrés moderado predomina en el segundo semestre con un 50.0%, el estrés académico severo es más común en el tercer semestre con un 53.3% y que en el mismo semestre no se reportó ningún caso de estrés leve académico, el estrés académico severo vuelve a tener predominancia en el cuarto semestre con un 61.4%, el estrés académico severo muestra predominio en el quinto semestre con un 63.2%, así mismo en el sexto semestre el estrés académico severo muestra su más alto porcentaje con un 64.4% afectando a casi dos tercios de la población, con una leve disminución respecto al anterior semestre, el estrés académico severo sigue predominando en el séptimo semestre con un 59.1%, así mismo en el octavo semestre con un 58.3%, manteniendo una tendencia en el noveno semestre con un 57.1% y que finaliza en el décimo semestre, donde el nivel de estrés académico moderado predomina con un 70.6%. Indicando que el nivel de estrés académico severo predomina en la mayoría de semestres, el estrés académico leve es el menos común en todos los semestres.

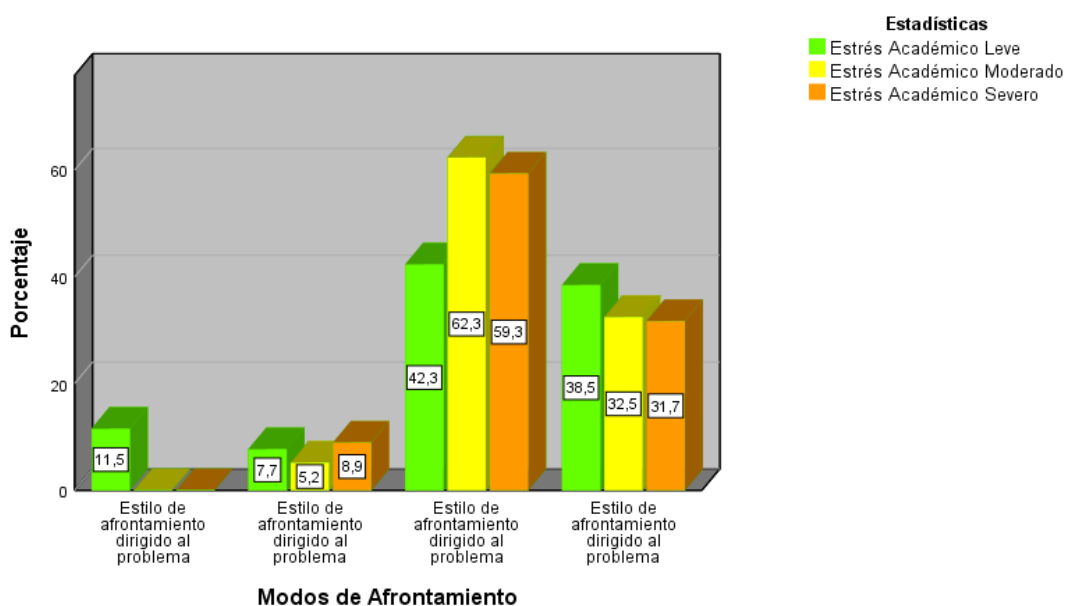
**Tabla 13**

*Estrés académico y estilos de afrontamiento de los estudiantes universitarios de administración.*

Nivel		Leve	Moderado	Severo	Total
Ninguno	f	2	0	0	2
	%	100%	0%	0%	100%
Enfocado en el problema	f	15	37	63	115
	%	13%	32.2%	54.8%	100%
Enfocado a la emoción	f	8	40	57	105
	%	7.6%	38.1%	54.3%	100%
Estilo adicional	f	1	0	3	4
	%	25%	0%	75%	100%
Total	f	26	77	123	226
	%	11.5%	34.1%	54.4%	100%

**Figura 9**

*Estrés académico y estilos de afrontamiento de los estudiantes universitarios de administración.*



En la tabla 13 y figura 9 se observa, la correlación entre las variables estrés académico y estilos de afrontamiento, donde el nivel de estrés académico severo

predomina en todos los estilos de afrontamiento con más del 50%, el estrés académico moderado es más frecuente en el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción que en el estilo enfocado en el problema. Indicando que, aunque la elección del estilo de afrontamiento influye en la intensidad de estrés académico, ningún estilo usado parece disminuir el nivel de estrés severo, dando la idea que, aunque los estilos de afrontamiento ayudan a manejar el estrés académico, su efectividad puede variar según las características individuales y contextuales.

## VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

### 6.1. Análisis resultados – prueba de hipótesis

#### Análisis inferencial

#### Tabla 14

*Prueba de normalidad estadística Kolmogorov-Smirnov para las variables estrés académico y modos de afrontamiento.*

Variable	Estadístico	gl	Sig.
Estrés académico	,340	226	,000
Modos de afrontamiento	,450	226	,000

#### a. Corrección de significación de Lilliefors

En la tabla 14 se observa, que las variables estrés académico y modos de afrontamiento no siguen una distribución normal y que ambas variables tienen un p-valor de 0.000 ( $p < 0.05$ ) rechazando la hipótesis nula de normalidad en ambos casos, por consiguiente, para el análisis de los datos corresponde usar la estadística no paramétrica Rho de Spearman según indica la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov realizada.

#### Prueba de hipótesis general

Hi: Existe relación entre el estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Administración en una universidad Pública de Puno, 2024.

Ho: No existe relación entre el estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Administración en una universidad Pública de Puno, 2024.



**Tabla 15**

*Correlación entre las variables estrés académico y estilos de afrontamiento.*

Rho de Spearman		Modos de Afrontamiento
Estrés Académico	Coeficiente de correlación	0.116
	Sig. (bilateral)	0.082
N		226

En la tabla 15, se presentan la correlación entre las variables estrés académico y modos de afrontamiento, en el cual se demuestra los siguientes resultados: se obtuvo un valor de significancia ( $p=0.082$ ) siendo mayor al valor de significancia estándar  $p<0.005$ , se acepta la hipótesis nula, indicando que no existe suficiente evidencia para afirmar una relación significativa entre el estrés académico y los modos de afrontamiento en esta muestra de estudiantes universitarios. Como el valor de ( $\rho=0.116$ ) es muy débil. Señala que los modos de afrontamiento no ejercen un impacto significativo en el grado de estrés académico evaluado en la presente investigación, considerando que existen otros factores que podrían influir más directamente en el estrés académico.

### **Prueba de hipótesis específicas 1**

Hi: Existe relación entre estrés académico y el uso del afrontamiento enfocado en el problema por parte de los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024.

Ho: No existe relación entre estrés académico y el uso del afrontamiento enfocado en el problema por parte de los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024.

**Tabla 16**

*Correlación entre el estrés académico y el estilo de afrontamiento enfocado en el problema.*

Rho de Spearman		Estilo de afrontamiento enfocado en el problema
Estrés Académico	Coeficiente de correlación	-0.022

Sig. (bilateral)	0.739
N	226

En la tabla 16, se presenta la correlación la variable estrés académico y el uso del estilo de afrontamiento enfocado al problema, en el cual se demuestra los siguientes resultados: se obtuvo un valor de significancia ( $p=0.739$ ) siendo mayor al valor de significancia estándar  $p<0.005$ , se acepta la hipótesis nula, indicando que no existe una relación significativa entre el estrés académico y el estilo de afrontamiento enfocado en el problema. Como el valor de ( $\rho=-0.022$ ) es muy cercano a 0, señala que el uso de este estilo de afrontamiento no influye en los niveles de estrés académico reportados en este estudio, es decir, a mayor estrés académico, el uso del afrontamiento enfocado al problema tiende disminuir levemente, aunque la relación es casi inexistente.

### Prueba de hipótesis específicas 2

Hi: Existe relación entre estrés académico con el uso del afrontamiento enfocado en la emoción por parte de los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024.

Ho: No existe relación entre estrés académico con el uso del afrontamiento enfocado en la emoción por parte de los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024.

**Tabla 17**

*Correlación entre el estrés académico y el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción*

Rho de Spearman		Estilo de afrontamiento enfocado a la emoción
Estrés Académico	Coefficiente de correlación	0.053
	Sig. (bilateral)	0.425
	N	226

En la tabla 17, se presenta la correlación la variable estrés académico y el uso del estilo de afrontamiento enfocado a la emoción en el cual se demuestra los siguientes resultados: se obtuvo un valor de significancia ( $p=0.425$ ) siendo mayor

al valor de significancia estándar  $p < 0.005$ , se acepta la hipótesis nula, indicando que no hay una relación estadísticamente significativa entre el estrés académico y el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción. Como el valor de ( $\rho = 0.053$ ), es positiva y débil, señala que el uso de este estilo de afrontamiento no tiene un impacto directo o notable sobre los niveles de estrés académico en esta población.

### Prueba de hipótesis específicas 3

Hi: Existe relación entre los niveles de estrés académico con el uso de otros estilos adicionales de afrontamiento, en los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024.

Ho: No existe relación entre los niveles de estrés académico con el uso de otros estilos adicionales de afrontamiento, en los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024.

**Tabla 18**

*Correlación entre el estrés académico y otros estilos de afrontamiento adicionales.*

Rho de Spearman		Otros estilos de afrontamiento adicionales
Estrés Académico	Coefficiente de correlación	,240
	Sig. (bilateral)	0
	N	226

En la tabla 18, se presenta la correlación la variable estrés académico y otros estilos de afrontamiento adicionales, en el cual se demuestra los siguientes resultados: se obtuvo un valor de significancia ( $p = 0,000$ ) siendo menor al valor de significancia estándar  $p < 0,005$ , se acepta la hipótesis alterna, indicando que el uso de otros estilos de afrontamiento adicionales está asociado con mayores niveles de estrés académico en esta población. Como el valor de ( $\rho = 0.240$ ) es positiva y débil. Señala que estos estilos adicionales no son tan efectivos para manejar el estrés académico y, en cambio, podrían estar vinculados a situaciones de mayor estrés. Es posible que estos estilos representen

estrategias menos adaptativas o respuestas específicas a niveles elevados de estrés.

## **VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

### **7.1. Comparación de los resultados**

Este estudio tuvo como objetivo principal analizar la conexión entre el estrés académico y los estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de administración en una universidad pública de Puno durante el año 2024. Los resultados obtenidos reflejan una problemática significativa, donde más del 50% de los participantes experimentaron niveles severos de estrés académico, lo cual evidencia la necesidad de profundizar en los factores subyacentes y los métodos de afrontamiento empleados. Este enfoque es clave para desarrollar intervenciones que mejoren la salud mental y el rendimiento académico en entornos universitarios.

Entre las fortalezas de la investigación, se destaca la utilización de instrumentos validados y adaptados al contexto peruano, como el Inventario SISCO SV-21 y el Cuestionario COPE, lo que garantiza la validez y fiabilidad de los datos obtenidos. Además, la muestra fue representativa, incluyendo estudiantes de diferentes semestres y géneros, lo que proporciona una perspectiva amplia y variada de la población analizada. Esto ofrece una base sólida para comprender las dinámicas del estrés académico y los estilos de afrontamiento empleados por los estudiantes.

No obstante, también se identificaron ciertas limitaciones. El diseño transversal de la investigación impide establecer relaciones causales, limitando la comprensión de las interacciones temporales entre el estrés y los estilos de afrontamiento. Asimismo, el uso de cuestionarios autoadministrados puede introducir sesgos relacionados con la deseabilidad social y la interpretación subjetiva de las preguntas. Finalmente, aunque el enfoque cuantitativo permite analizar patrones generales, no profundiza en las experiencias individuales y subjetivas de los estudiantes, lo que podría enriquecer la comprensión del fenómeno.

Otra debilidad radica en que no se exploraron variables adicionales como la resiliencia, el apoyo social o la autoeficacia, las cuales podrían influir en la relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento. Esto resalta la necesidad de adoptar un enfoque más integral en futuras investigaciones.

Dentro de los resultados descriptivos muestran que el 54.4% de los estudiantes presentan niveles severos de estrés académico, lo que refleja una situación alarmante en el ámbito universitario. Los factores que podrían contribuir a esta situación incluyen la sobrecarga de responsabilidades académicas, la presión por el rendimiento y la autoexigencia elevada. Avalos (2024) y Restrepo et al. (2020) señalan que estas circunstancias son habituales entre alumnos de nivel universitario, lo que podría justificar los niveles detectados en este estudio.

Además, el predominio de estilos de afrontamiento adicionales, como la negación y la distracción (50.9%), indica que muchos estudiantes recurren a estrategias menos efectivas para manejar las demandas académicas. Estas estrategias, a pesar de que podrían mitigar temporalmente la frustración emocional, no abordan las causas subyacentes del estrés y podrían prolongar o incluso empeorar la situación. Este descubrimiento coincide con estudios anteriores que indican que la aplicación de estrategias evitativas se relaciona con incrementos en los niveles de estrés y ansiedad (Blanco, 2021).

Desde una perspectiva psicológica, la selección de estrategias de manejo está determinada por la valoración cognitiva que los alumnos hacen de las exigencias académicas y sus propios medios para enfrentarlas, de acuerdo con el modelo transaccional de Lazarus y Folkman (1986). La alta prevalencia de estilos centrados en la emoción (46.5%) indica que los alumnos tratan de gestionar el efecto emocional del estrés, sin embargo, estas tácticas podrían no ser suficientes para solucionar las verdaderas causas de las presiones académicas.

El escaso uso de estrategias enfocadas en el problema (1.8%) destaca una notable debilidad en las capacidades de los alumnos para tratar directamente los factores de estrés. Este descubrimiento resalta la importancia de establecer programas de educación que promuevan el desarrollo de habilidades prácticas, tales como la resolución de problemas, la organización del tiempo y la planificación de tareas. Blanco (2021) destaca que estas estrategias son particularmente útiles para reducir los niveles de estrés y mejorar el bienestar académico.

Para concluir, los hallazgos descriptivos sugieren que el estrés en el ámbito académico es un asunto crítico que necesita una respuesta inmediata. La elevada incidencia de estrategias evitativas y el escaso uso de enfoques activos

y centrados en el problema destacan áreas fundamentales para futuras intervenciones, particularmente en el ámbito universitario de Perú.

De acuerdo a la hipótesis general de la investigación, donde se determinó si existe relación entre el estrés académico y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de administración de una universidad pública de Puno, se observa según el análisis estadístico que la correlación general entre el estrés académico y los modos de afrontamiento es débil y no significativa ( $\rho=0.116$ ,  $p=0.082$ ). Sugiriendo que los estilos de afrontamiento que utilizan los estudiantes no influyen significativamente en el nivel de estrés percibido. En cuanto a la teoría científica se tiene un alto énfasis en la importancia de los modos de afrontamiento para la regulación del estrés, Barraza (2007) sobre su modelo de estrés académico, señala que el modo de afrontamiento es clave para el control del estrés, centrado en sus componentes de demanda académica, aspecto personal y el entorno influyente, mientras que, para los modos de afrontamiento Carver et al. (1989) señala a la flexibilidad como garantía para una reducción de efectiva del estrés, basado en la evaluación cognitiva del individuo, identificando las múltiples estrategias de afrontamiento especificadas en su teoría.

En los resultados de la hipótesis específica uno, se halló una correlación negativa débil y no significativa entre la dimensión enfocado al problema con el estrés académico ( $\rho=-0.022$ ,  $p=0.739$ ). Este hallazgo a diferencia de Lozano (2023), quien reportó una correlación negativa significativa ( $\rho = -0.527$ ,  $p < 0.05$ ), donde indica que el uso frecuente de estas estrategias de afrontamiento disminuye los niveles de estrés académico, donde la discrepancia, podría ser debido a la diferencia entre las muestras y sus contextos educativos y/o sociales, mientras que, Gonzales (2022) identificó que la dimensión de afrontamiento centrado en el problema es menos aplicada en situaciones de mayor estrés académico, lo que puede estar relacionado con una carencia de habilidades para gestionar de forma dinámica el requerimiento académico. En cuanto a la teoría científica Carver et al. (1989) describen a esta dimensión como un enfoque activo donde la persona, planifica, busca y organiza soluciones a problemas o situaciones modificables, como tareas o desafíos, con el fin de eliminar la fuente de estrés, al igual que la visión de Barraza (2007) para los estudiantes que enfrentan situaciones estresantes como los exámenes, tareas o conflictos con

docentes, el afrontamiento centrado en el problema es clave para reducir el estrés y mejorar el rendimiento académico.

En los resultados de la hipótesis específica dos, se halló una correlación débil y no significativa entre la dimensión enfocado a la emoción con el estrés académico ( $\rho = 0.053$ ,  $p = 0.425$ ). Coincidiendo con los hallazgos de Ramos (2020), quien observó que los estudiantes con altos niveles de estrés recurren a estrategias de afrontamiento emocionales, pero estos modos no contribuyen significativamente a la reducción del estrés percibido, además, Espinoza (2024) destacó que los estudiantes universitarios tienden a combinar estrategias emocionales con otras estrategias adicionales para el manejo del estrés, lo que podría explicar la baja correlación observada, mientras que, Robles (2024) encontró de igual manera una relación entre el estrés académico y la dimensión afrontamiento centrado a la emoción ( $\rho = -0.166$ ,  $p = 0.001$ ), señalando que, ante niveles elevados de estrés, los estudiantes prefieren estrategias emocionales o evitativas. En cuanto a la teoría científica Carver et al. (1989) señalan a este tipo de afrontamiento no soluciona necesariamente el problema, pero ayuda a gestionar las emociones adversas, revalorizando de manera positiva la situación, siendo el caso de enfermedades o problemas interpersonales que generan estrés de manera crónica, así mismo, Barraza (2007) describe que este modo es común entre los estudiantes frente a situaciones de estrés en el entorno educativo, enfocados en mantener su bienestar emocional, y al no abordar directamente la causa del problema, llegan a experimentar estrés crónico y un bajo rendimiento académico.

Finalmente, en los resultados de la hipótesis específica tres, se halló una correlación positiva y débil entre el uso de otros estilos adicionales de afrontamiento, como la distracción y la negación, con el estrés académico presentando una correlación significativa ( $\rho = 0.240$ ,  $p = 0.000$ ). Este resultado se alinea con el estudio de Arteaga y Dorado (2020), quienes concluyeron que los estudiantes con alto nivel de estrés tienden a emplear estrategias de distracción para mellar el malestar emocional, aunque estos modos de afrontamiento resultan ser menos efectivos a largo plazo. Mientras que la teoría científica Carver et al. (1989) clasifica a esta dimensión en: formas activas y pasivas, como también pueden ser adaptativos y desadaptativos, donde se busca la adaptación del modo de afrontamiento según naturaleza del ambiente



y rasgos del individuo, preservando el autocuidado, de igual manera, Barraza (2007) destaca que las estrategias como evitación o procrastinación generan un círculo vicioso de estrés académico, siendo esto perjudicial para el estudiante.

## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### Conclusiones

PRIMERA: No se encontró una relación significativa entre el estrés académico y los estilos de afrontamiento generales, según el valor  $\rho=0.116$ , lo que indica que los estudiantes no consiguen utilizar tácticas que influyan de manera significativa en la disminución de su estrés.

SEGUNDA: El estilo de afrontamiento centrado en el problema mostró una correlación negativa débil y no significativa  $\rho=-0.022$ , esto indica que los alumnos no utilicen habitualmente tácticas proactivas para gestionar el estrés relacionado con sus estudios.

TERCERA: Aunque el estilo enfocado en la emoción es uno de los más utilizados, su relación con el estrés académico es débil y no significativa, según el valor  $\rho=0.053$ , lo que indica que no es una estrategia efectiva para reducir el estrés percibido.

CUARTA: Se observó una correlación significativa  $\rho=0.240$  entre el uso del estilo de otros estilos adicionales de afrontamiento y el estrés académico, lo cual indica que este modo, pese a ser habitual, podrían no ser las más apropiadas para gestionar el estrés de forma efectiva.

## **Recomendaciones**

PRIMERA: Para los gestores de la institución educativa, implementar programas de capacitación en el manejo de estrés, con el fin de proporcionar a los estudiantes de herramientas prácticas y efectivas para gestionar las demandas académicas.

SEGUNDA: Para los estudiantes, diseñar talleres psicoeducativos, que promuevan la identificación y modificación de pensamientos irracionales relacionados con el rendimiento académico y en particular, la formación en el manejo del afrontamiento centrado en el problema.

TERCERA: Para los docentes, promover el uso de estrategias proactivas, como la planificación y la solución de problemas, mediante formación en habilidades de manejo de situaciones adversas y priorizar la búsqueda de respaldo social, tanto en el entorno familiar como entre compañeros, para incrementar la percepción de dominio sobre las exigencias académicas.

CUARTA: Para futuros investigadores, ampliar la muestra para incluir estudiantes de diferentes carreras y contextos socioeconómicos, lo que facilitaría la evaluación de los resultados generalizados, relacionar con otras variables adicionales, que podrían influir en la relación entre el estrés académico y los estilos de afrontamiento. Ejecutar investigaciones a largo plazo para analizar cómo las estrategias de afrontamiento se transforman durante la educación universitaria y su influencia en el desempeño académico.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alfonso Águila, B., Calcines Castillo, M., Monteagudo de la Guardia, R., & Nieves Achon, Z. (2015). Estrés académico Academic Stress. EDUMECENTRO, 7(2), 163–178. <http://www.revedumecentro.sld.cu>
- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- American Psychological Association [APA]. (n.d.). Stress. APA Dictionary of Psychology.
- Amigo, I. (2000). El precio biológico de la civilización. Celeste Ediciones S.A.
- Anastasi, A., & Urbina, S. (2004). Psicometría (7ª ed.). Pearson Educación.
- Arteaga Maiquez, J. y Dorado Illapa, C. (2020). Estrategias de afrontamiento utilizadas en estados de estrés académico, de los adolescentes de 16 a 18 años de edad; de la “Unidad Educativa Particular Isaac Newton” de la zona urbana y de la “Unidad Educativa del Milenio Olmedo Pesillo” de la zona rural. Universidad Nacional de Quito, Quito, Ecuador.
- Aurelio Principe, W. L., & Zapata Ayala, M. I. (2023). Estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2021. <https://hdl.handle.net/11537/35476>
- Avalos Guijarro, A. de L. Á. (2024). Impacto del estrés estudiantil en el rendimiento académico y el bienestar emocional. Dominio de Las Ciencias, 10(2), 784–794. <https://doi.org/10.23857/dc.v10i2.3831>
- Avalos Latorre, M. L., & Trujillo Martínez, F. (2021). Variables involucradas con el estrés académico y el afrontamiento en universitarios

durante el confinamiento por covid-19. *Psicología Iberoamericana*, 29(3). <https://doi.org/10.48102/pi.v29i3.331>

Barraza Macía, A. (2004). El estrés académico en los alumnos de postgrado. *Revista Psicología Científica.Com*, 6(2). <https://psicologiacientifica.com/estres-academico-postgrado>

Barraza Macías, A. (2005). Características del estrés académico en los alumnos de educación media superior. (4), 15–20.

Barraza Macías, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 9(3), 110–129. [www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin110](http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin110)

Barraza Macías, A. (2007). Inventario SISCO del estrés académico. *Universidad Pedagógica de Durango*, 7, 89–93.

Barraza Macías, A. (2011). La gestión del estrés académico por parte del orientador educativo: El papel de las estrategias de afrontamiento. *Revista Visión Educativa IUANES*, 5(11), 36–44.

Barrio, J., García, M., Ruiz, I., & Arce, A. (2006). EL ESTRÉS COMO RESPUESTA. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 37–48. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832311003>

Basado, E., & Perfiles, E. N. (2020). AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO Y AUTOEFICACIA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: UN ENFOQUE BASADO EN PERFILES. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1).

Beauchamp, T. L., & Childress, J. F. (2019). *Principles of Biomedical Ethics* (8th ed.). Oxford University Press.

Berrío García, N., & Mazo Zea, R. (2011). Estrés Académico Academic Stress. *Universidad de Antioquia*, 3(2), 66–82.

Bisquerra, R. (2018). *Metodología de la investigación educativa*. Editorial La Muralla.

- Blanco, P. J. (2021). Estrés académico y salud mental en estudiantes de medicina de la universidad de Santander de Bucaramanga en tiempos de pandemia (COVID 19). Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.11912/9897>.
- Cabrera Sing, S. G. (2017). Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento al estrés en usuarios de un puesto de salud del distrito de Nuevo Chimbote. <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/400>
- Cáceres Flores, Z. L. (2024). Estrés académico en estudiantes de práctica preprofesional de la Escuela Profesional de Educación Primaria. <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/21930>
- Calatayud Mendoza, A. P., Apaza Mamani, E., Huaquisto Ramos, E., Belizario Quispe, G., & Inquilla Mamani, J. (2022). Estrés como factor de riesgo en el rendimiento académico en el estudiantado universitario (Puno, Perú). *Revista Educación*, 46(2), 114–132. <https://doi.org/10.15517/revedu.v46i2.47551>
- Caldera Montes, J. F., Pulido Castro, B. E., & Martínez Gonzáles, Ma. G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos.
- Carrazo Díaz, I. Y. (2013). Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios de Farmacia y Bioquímica en Huancayo. *Apuntes de Ciencia & Sociedad*, 3(1), 36–50. <https://doi.org/10.18259/acs.2013005>
- Carver, C.S. and Connor-Smith, J. (2010) *Personality and Coping*. *Annual Review of Psychology*, 61, 679-704.
- Carver, C., Scheier, M. & Weintraub, J. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.

- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>.
- Cassaretto, M., Vilela, P., & Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *LIBERABIT. Revista Peruana De Psicología*, 27(2), 1-18.
- Cassaretto, M., Chau, C. (2016). Afrontamiento al Estrés: Adaptación del Cuestionario COPE en Universitarios de Lima. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 2(42), 95-109. [https://doi.org/10.21865/RIDEP42\\_95](https://doi.org/10.21865/RIDEP42_95)
- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H., & Valdéz, N. (2003). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista De Psicología*, 21(2), 363-392. <https://doi.org/10.18800/psico.200302.006>
- Castillo Pimienta, C., Chacón De La Cruz, T., & Díaz-Véliz, G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Inv Ed Med*, 5(20), 230–237. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.03.001>
- Cayo Calsin, M. J. (2021). Agresividad y estilos de afrontamiento al estrés en el personal de Salud del Hospital de Yunguyo, Perú 2020. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/77656>
- Chávez Parillo, J. R., & Peralta Gómez, R. Y. (2019). Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa-Perú. *Revista de Ciencias Sociales (RCS)*, 1, 384–399. <https://orcid.org/0000-0003-4120-001X>
- Chiavenato, I. (2009). *Administración de recursos humanos*. McGraw-Hill.
- Cooper, C. L., & Dewe, P. J. (2008). Well-being—absenteeism, presenteeism, costs and challenges. *Occupational Medicine*, 58(8), 522-524. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqn>

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)
- Dumont, M., Leclerc, D., & Deslandes, R. (2003). Ressources personnelles et détresse psychologique en lien avec le rendement scolaire et le stress chez des élèves de quatrième secondaire. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 35(4), 254–26. <https://doi.org/10.1037/H0087206>
- Escobar Zurita, E. R., Soria De Mesa, B. W., López Proaño, G. F., & Peñafiel Salazar, D. de los A. (n.d.). Manejo del estrés académico; revisión crítica. Retrieved October 12, 2024, from <https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html?fb>
- Espinosa-Castro, Hernández-Lalinde, J., Rodríguez, J., Chacín, J. E., & Maricarmen; (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(1). <https://doi.org/10.5281/zenodo.4065032>
- Espinoza de la Cruz, D. F. (2024). Estilos de afrontamiento al estrés de estudiantes universitarios de Enfermería en Chiclayo, 2022. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/12574>
- Eysenck, M. W., & Keane, M. T. (2015). *Cognitive Psychology: A Student's Handbook* (7th ed.). Hove, UK: Psychology Press.
- Fernández, C. R. (2010). *Educación y desarrollo: reflexiones sobre el papel de la educación en la sociedad contemporánea*. Ediciones Akal.
- Fernández Fernández, J. L. (2008). *Ética de la empresa: del diálogo a la confianza*. Editorial Trotta.
- García, J. R., & Pérez, M. L. (2015). *Evaluación psicológica: Teoría y práctica* (2ª ed.). Ediciones Pearson.



- Garrison, F. H. (1929). An introduction to the history of medicine. W. B. Saunders Company.
- Gascón, J. L. (2008). Estrés y salud: fundamentos y aplicaciones. Editorial Médica Panamericana.
- González Caparroz, V. (2022). Estilos de afrontamiento y estrés académico durante el COVID-19. (Trabajo Fin de Máster Inédito). Universidad de Sevilla, Sevilla. <https://hdl.handle.net/11441/140729>
- Gonzales Mueras, E. (2016). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1.º y 5.º grado de secundaria de una institución educativa estatal de Lima Este, 2015. (E. Profesional De Psicología, Ed.). Universidad Peruana Unión. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/527>
- Hans, S. (2013). Stress in Health and Disease. Butterworth-Heinemann., 2013.
- Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (2014). Metodología de investigación (6a ed.). McGraw-Hill.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2021). Metodología de la investigación. McGraw-Hill. [https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/Metodologia-de-la-Investigaci%C3%83%C2%B3n\\_Sampieri.pdf](https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/Metodologia-de-la-Investigaci%C3%83%C2%B3n_Sampieri.pdf)
- Lanuque, A. (2020). Systematic Review of Coping with College Stress in Times of Stress. Revista Calidad de Vida & Salud, 13, 130–142. <http://revistacdvs.uflo.edu.ar>
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: Ediciones Martínez Roca. Barcelona. [https://www.researchgate.net/publication/230577043\\_La\\_vision\\_d\\_e\\_psicologo\\_Alteraciones\\_de\\_los\\_procesos\\_cognitivos\\_por\\_el\\_estres](https://www.researchgate.net/publication/230577043_La_vision_d_e_psicologo_Alteraciones_de_los_procesos_cognitivos_por_el_estres)
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Evaluación, afrontamiento y consecuencias adaptativas. Nueva

York: Martínez Roca.  
<https://www.redalyc.org/pdf/213/21328600007.pdf>

Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). Estrés y Proceso Cognitivos. Roca, 408.  
<http://cict.umcc.cu/repositorioinstitucional/Psicología/Biblioteca de Psicología/Análisis Dinámico del Comportamiento/Estres y procesos cognitivos 2.pdf>

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*, 1(3), 141–169. [Doi.org/10.1002/per.2410010304](https://doi.org/10.1002/per.2410010304)

Levine, D. M. (1995). Industrial work and the meaning of stress. *History of Industrial Work*, 4(1), 25-43. <https://doi.org/10.2307/2331589>.

Loyola Campos, M. L. (2023). Estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes, de una universidad privada de Lima Metropolitana. <https://hdl.handle.net/20.500.12727/12052>

Lozano Ruiz, G. V. (2023). Estilos de afrontamiento y estrés académico en los estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2022. <https://hdl.handle.net/11537/35972>

Luria, A. R. (1980). *El cerebro en acción*. Ediciones Científicas.

Martín Monzón, I. M. (2007a). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes De Psicología*, 25(1), 87–99.

Martín Monzón, I. M. (2007b). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes De Psicología*, 25(1), 87–99.

Martínez, M. (2021). *Metodología de la investigación*. Editorial UOC.  
[file:///C:/Users/Usuario2023/Downloads/Tamayo\\_Mario\\_El\\_Proceso\\_De\\_La\\_Investigac.pdf](file:///C:/Users/Usuario2023/Downloads/Tamayo_Mario_El_Proceso_De_La_Investigac.pdf)

Maturana, A., & Vargas, A. (2015). EL ESTRÉS ESCOLAR. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 34–41.

Miller, S.M. (1980). When is a Little Information a Dangerous Thing? Coping with Stressful Events by Monitoring Versus Blunting. In: Levine, S.,

- Ursin, H. (eds) Coping and Health. NATO Conference Series, vol 12. Springer, Boston, MA. [https://doi.org/10.1007/978-1-4684-1042-6\\_8](https://doi.org/10.1007/978-1-4684-1042-6_8)
- Molina Orihuela, R. H., & Coila Tiña, J. M. (2022). Estrategias de afrontamiento ante el estrés académico y su efecto en las conductas de salud en estudiantes de Psicología de una universidad privada del departamento de Puno, 2021. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/6178>
- Moos, R. & Schaefer, J. (1993). Coping resources and processes: current concepts and measures. Kree Press
- Morán & González (2010). COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9 (2), 543-552.  
[http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/1941/T\\_MAEST.PSICOLOG\\_ANA%20MARTHA%20CROSBY%20CROSBY.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/1941/T_MAEST.PSICOLOG_ANA%20MARTHA%20CROSBY%20CROSBY.pdf?sequence=2&isAllowed=y)
- Moscoso, M. S. (1998). ÉSTRES, SALUD Y EMOCIONES: ESTUDIO DE LA ANSIEDAD, COLERA Y HOSTILIDAD. *Revista de Psicología*, 3(3), 47–55.
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2021). Estrés.
- Ocampo Ocampo, A. (2020). Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés académico en estudiantes universitarios. [Universidad Antonio Nariño]  
<http://repositorio.uan.edu.co/handle/123456789/2006>.
- Pulido Rull, M. A. , Serrano Sánchez, M. L. , Valdés Cano, E. , Chávez Méndez, M. T. , Hidalgo Montiel, P. , & Vera García, F. (2011). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicología y Salud*, 21, 31–37.
- Ramos Quispe, J. R. (2020). Estrés académico en relación al estado nutricional de los estudiantes de la Escuela Profesional de Nutrición

<http://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/13245>

- Rawls, J. (2001). *Justice as Fairness: A Restatement*. Harvard University Press.
- Restrepo, J. E., Sánchez, O. A., & Castañeda Quirama, T. (2020b). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*, 14(24), 17–37. <https://doi.org/10.25057/21452776.1331>
- Richard, L. (2000). Estrés y emoción, Manejo e implicaciones en nuestra salud. Editorial Desclée de Brouwer S.A., 1–334.
- Roberto Rossi. (2012). *Los consejos del psicólogo para superar el estrés* (Parkstone International, Ed.). [https://books.google.com.pe/books/about/Los\\_Consejos\\_Del\\_Psic%C3%B3logo\\_para\\_Superar.html?id=mgZrSzq9o2YC&redir\\_esc=y](https://books.google.com.pe/books/about/Los_Consejos_Del_Psic%C3%B3logo_para_Superar.html?id=mgZrSzq9o2YC&redir_esc=y)
- Robles Martinez, G. (2024). *Estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes Preuniversitarios de Lima Este*. <https://hdl.handle.net/20.500.13084/8477>
- Román Collazo, C. A., Ortiz Rodríguez, F., & Hernández Rodríguez Yenima. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*. [http://www.campus-oei.org/revista/boletin37\\_2.htm](http://www.campus-oei.org/revista/boletin37_2.htm)
- Sebastián Zapata-López, J., Gutierrez-Arce, K., Bojórquez-Castro, L., & Betancourt-Peña, J. (2024). Ansiedad y Estrés. *Órgano de Expresión de La Sociedad Española Para El Estudio de La Ansiedad y El Estrés (SEAS)*, 30(2), 94–101. <https://doi.org/10.5093/anyes2024a12>
- Spaemann, R. (2021). *La ética de la benevolencia según Robert Spaemann*.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and Human Behavior*. Macmillan.

- Siraisi, N. G. (1997). *Medieval and early Renaissance medicine: An introduction to knowledge and practice*. University of Chicago Press.
- Tamayo, M. (2020). *El proceso de la investigación científica*. Limusa.
- Tamayo y Tamayo, Mario (2003). *El proceso de la Investigación Científica* (4° ed.). Bogotá : Editorial Limusa S.A. de C.V. . ISBN 968-5872-7  
[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/227860/El\\_proceso\\_\\_de\\_la\\_investigacion\\_cientifica\\_Mario\\_Tamayo.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/227860/El_proceso__de_la_investigacion_cientifica_Mario_Tamayo.pdf)
- Tobal, M. V. (2007). *Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico: un análisis empírico*. Universidad Complutense de Madrid.
- Toribio-Ferrere, C. , & Franco-Bárceñas, S. (2016). Estrés Académico: El enemigo silencioso del estudiante. *Salud y Administración*, 3, 11–18.
- Vargas Marquez, K. L. (2024). Estrés académico y autoestima en los estudiantes de un colegio público de Putina, Puno. <https://hdl.handle.net/20.500.12773/18017>
- Villegas Aragón, J. A., & Moscoso Montoya, D. A. (2018). Relación entre elección de la carrera profesional y el estrés académico en estudiantes universitarios en Arequipa, Perú. *Apuntes de Ciencia & Sociedad*, 8(2).  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7541460>
- Vizoso, C., & Arias Gundín, O. (2016). Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios y su relación con el burnout y el rendimiento académicos. *Anuario de Psicología*, 46(2), 90–97.  
<https://doi.org/10.1016/j.anpsic.2016.07.006>

## Anexos

### Anexo 1: Instrumento de recolección de datos.

#### INVENTARIO SISCO SV-21

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

- a) Si
- b) No

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

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

1	2	3	4	5

### 3.-Dimensión estresores

#### Instrucciones:

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

Nunca	Casi Nunca	Rara Vez	Algunas Veces	Casi Siempre	Siempre
<b>N</b>	<b>CN</b>	<b>RV</b>	<b>AV</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>

¿Con qué frecuencia te estresa:

<b>Estresores</b>	<b>N</b>	<b>CN</b>	<b>RV</b>	<b>AV</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
-------------------	----------	-----------	-----------	-----------	-----------	----------

La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días						
La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases						
La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)						
El nivel de exigencia de mis profesores/as						
El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)						
Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as						
La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as						

#### 4.- Dimensión síntomas (reacciones)

##### Instrucciones:

A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X, ¿con que frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

**Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:**

Síntomas	N	CN	RV	AV	CS	S
Fatiga crónica (cansancio permanente)						
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
Ansiedad, angustia o desesperación						
Problemas de concentración						

Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad						
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir						
Desgano para realizar las labores escolares						

## 5.- Dimensión estrategias de afrontamiento

### Instrucciones:

A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, señalando con una X, ¿con qué frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

**¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:**

Afrontamiento	N	CN	RV	AV	CS	S
Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa						
Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solución						
Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						



Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa						
--	--	--	--	--	--	--

## CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS (COPE)

### Instrucciones

Nuestro interés es conocer cómo las personas responden cuando enfrentan a situaciones difíciles o estresantes. Con este propósito en el presente cuestionario se pide indicar qué cosas hace o siente con más frecuencia cuando se encuentra en tal situación. Seguro que diversas situaciones requieren respuestas diferentes, pero piense en aquellos **QUE MAS USA**. No olvide responder todas las preguntas teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

N.º	ITEMS	SI	NO
1	Ejecuto acciones adicionales para deshacerme del problema		
2	Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema		
3	Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema		
4	Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema.		
5	Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron		
6	Hablo con alguien sobre mis sentimientos		
7	Busco algo bueno de lo que está pasando.		
8	Aprendo a convivir con el problema.		
9	Busco la ayuda de Dios.		
10	Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones		
11	Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido.		
12	Dejo de lado mis metas		
13	Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente		
14	Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema		
15	Elaboro un plan de acción		
16	Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades		

17	Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita		
18	Trato de obtener el consejo de otros para saber qué hacer con el problema		
19	Busco el apoyo emocional de amigos o familiares		
20	Trato de ver el problema en forma positiva		
21	Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado		
22	Deposito mi confianza en Dios		
23	Libero mis emociones		
24	Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente.		
25	Dejo de perseguir mis metas		
26	Voy al cine o miro la TV, para pensar menos en el problema		
27	Hago paso a paso lo que tiene que hacerse		
28	Me pongo a pensar más en los pasos a seguir para solucionar el problema		
29	Me alejo de otras actividades para concentrarme en el problema		
30	Me aseguro de no crear problemas peores por actuar muy pronto.		
31	Hablo con alguien para averiguar más sobre el problema		
32	Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo.		
33	Aprendo algo de la experiencia		
34	Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido		
35	Trato de encontrar consuelo en mi religión		
36	Siento mucha perturbación emocional y expreso esos sentimientos a otros		
37	Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema		
38	Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado		
39	Sueño despierto con otras cosas que no se relacionen al problema		
40	Actúo directamente para controlar el problema		
41	Pienso en la mejor manera de controlar el problema		
42	Trato que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema		

43	Me abstengo de hacer algo demasiado pronto		
44	Hablo con alguien que podría hacer algo concreto sobre el problema		
45	Busco la simpatía y la comprensión de alguien.		
46	Trato de desarrollarme como una persona a consecuencia de la experiencia		
47	Acepto que el problema ha sucedido		
48	Rezo más de lo usual		
49	Me perturbo emocionalmente y estoy atento al problema		
50	Me digo a mí mismo: "Esto no es real"		
51	Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema		
52	Duermo más de lo usual.		

**Anexo 2: Matriz de consistencia**

**ESTRÉS ACADÉMICO Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE ADMINISTRACIÓN EN UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA, PUNO – 2024**

<b>PROBLEMA</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>HIPÓTESIS</b>	<b>VARIABLES</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>METODOLOGÍA</b>	<b>ESCALA DE MEDIDA</b>
<b>Problema general</b>	<b>Objetivo general</b>	<b>Hipótesis general</b>	Variable 1: Estrés académico	Estresores	Enfoque de investigación: Cuantitativo Nivel: Correlacional Diseño de investigación: No experimental de corte transversal.  Población:	0= Nunca 1= Rara vez 2= Algunas veces 3= Casi siempre 4= Siempre
¿Cuál es la relación entre el estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Administración en una universidad Pública de Puno, 2024?	Determinar la relación entre el estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Administración en una universidad Pública de Puno, 2024.	Existe relación entre el estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Administración en una universidad Pública de Puno, 2024		Síntomas		
<b>Problemas específicos</b>	<b>Objetivos específicos</b>	<b>Hipótesis específicas</b>		Estrategias de afrontamiento		
			Variable 2: Estilos de		La población	Si No

<p>¿Cuál es la relación entre estrés académico y el uso del afrontamiento enfocado en el problema por parte de los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024?</p>	<p>Evaluar la relación entre estrés académico y el uso del afrontamiento enfocado en el problema por parte de los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024</p>	<p>Existe relación entre estrés académico y el uso del afrontamiento enfocado en el problema por parte de los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024</p>	<p>afrontamiento</p>	<p>Afrontamiento enfocado en el problema</p>	<p>estará conformada por 250 universitarios de Administración en una universidad Pública de Puno, 2024.</p> <p>Muestra: La población estará conformada por 149 universitarios de Administración en una universidad Pública de Puno, 2024. Técnica e Instrumentos de recolección de información: La técnica a utilizar será la encuesta y el</p>
<p>¿Cuál es la relación entre estrés académico con el uso del afrontamiento enfocado en la emoción por parte de los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024?</p>	<p>Determinar la relación entre estrés académico con el uso del afrontamiento enfocado en la emoción por parte de los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024</p>	<p>Existe relación entre estrés académico con el uso del afrontamiento enfocado en la emoción por parte de los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024</p>		<p>Enfocados a la emoción</p>	
<p>¿Cuál es la relación entre los niveles de</p>	<p>Determinar la relación entre los niveles de</p>	<p>Existe relación entre los niveles de estrés</p>		<p>Otros estilos adiciones de afrontamiento</p>	

<p>estrés académico con el uso de otros estilos adicionales de afrontamiento, en los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024?</p>	<p>estrés académico con el uso de otros estilos adicionales de afrontamiento, en los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024</p>	<p>académico con el uso de otros estilos adicionales de afrontamiento, en los estudiantes de Administración de la universidad pública de Puno, 2024</p>			<p>instrumento el cuestionario. Instrumentos: Variable 1: Inventario SISCO SV-21 Variable 2: Cuestionario de estilos de afrontamiento al estrés COPE</p>	
---	--	---	--	--	--	--

### Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición

#### INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

##### INVENTARIO SISCO SV-21

###### I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Administración en una universidad Pública de Puno, 2024


Nombre del Experto: Ps. Sol Lucero Gonzales Justus

###### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	cumple	

###### III. OBSERVACIONES GENERALES

- sin observaciones.

  
Sol Lucero Gonzales Justus  
PSICOLOGA  
C.Ps P 46023

Nombre: Sol Lucero Gonzales Justus  
No. DNI: 72202794  
Grado académico: Magister en psicología clínica y de la salud



## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS (COPE)

#### I DATOS GENERALES


Título de la Investigación: Estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Administración en una universidad Pública de Puno, 2024

Nombre del Experto: Ps. Giovanna Esther Quincho Quispe

#### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1 Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2 Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3 Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4 Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5 Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6 Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7 Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8 Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9 Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10 Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

#### III. OBSERVACIONES GENERALES

  
Giovanna Esther Quincho Quispe  
PSICÓLOGA  
C.P. 17700

Nombre: Giovanna Esther Quincho Quispe  
No. DNI: 43505219  
Grado académico: psicólogo

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### INVENTARIO SISCO SV-21

#### I. DATOS GENERALES


Título de la Investigación: Estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Administración en una universidad Pública de Puno, 2024

Nombre del Experto: Ps. Giovanna Esther Quincho Quispe

#### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

#### III. OBSERVACIONES GENERALES



PSICOLOGA  
C. Pe. P. 17928

Nombre: Giovanna E. Quincho Quispe  
No. DNI: 43505214  
Grado académico: Psicólogo

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### INVENTARIO SISCO SV-21

#### I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Administración en una universidad Pública de Puno, 2024

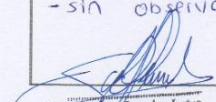
Nombre del Experto: Ps. Sol Lucero Gonzales Justus

#### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

#### III. OBSERVACIONES GENERALES

- sin observaciones.

  
Sol Lucero Gonzales Justus  
PSICÓLOGA  
C.Ps.P. 46023

Nombre: Sol Lucero Gonzales Justus  
No. DNI: 72205734  
Grado académico: Magister en psicología clínica y de la salud

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### INVENTARIO SISCO SV-21

#### I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Estrés Académico y Estilos de Afrontamiento en Estudiantes Universitarios de Administración en una Universidad Pública, Puno - 2024

Nombre del Experto: Dr. Jose Dante Gutiérrez Alveroni

#### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	CUMPLE	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	CUMPLE	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	CUMPLE	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	CUMPLE	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	CUMPLE	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	CUMPLE	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	CUMPLE	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	CUMPLE	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	CUMPLE	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	CUMPLE	

#### III. OBSERVACIONES GENERALES

*Autenticidad*  
Nombre: JOSÉ GUTIÉRREZ ALVERONI  
No. DNI: 01213550  
Grado académico: DOCTOR EN CIENCIAS

**Dr. José Dante Gutiérrez Alveroni**  
Psicólogo  
C.Ps.P. N° 0644

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS (COPE)

#### I. DATOS GENERALES

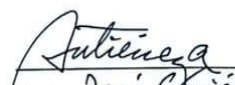
Título de la Investigación: Estrés Académico y Estilos de Afrontamiento en Estudiantes Universitarios de Administración en una Universidad Pública, Puno - 2024

Nombre del Experto: Dr. Jose Dante Gutierrez Alveroni

#### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	CUMPLE	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	CUMPLE	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	CUMPLE	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	CUMPLE	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	CUMPLE	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	CUMPLE	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	CUMPLE	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	CUMPLE	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	CUMPLE	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	CUMPLE	

#### III. OBSERVACIONES GENERALES

  
Nombre: José Gutiérrez Alveroni  
No. DNI: 01213550  
Grado académico: DOCTOR EN CIENCIAS

**Dr. José Dante Gutiérrez Alveroni**  
Psicólogo  
C.Ps.P. N° 0644









2  
4 2 7 1 1 1 1 1 1 0 1 0 0 0 1 1 1 1 0 1 1 1 0 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 0 1 1 1 1 0 1 1 0 0  
2  
0 2 7 0 0 0 0 1 0 1 1 1 1 0 0 1 1 0 1 0 0 1 0 1 1 0 0 0 1 1 1 0 1 1 0 1 0 1 0 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1  
1  
8 2 1 1 1 0 0 1 1 1 0 0 0 0 0 1 1 1 0 0 1 1 1 0 0 0 0 0 1 1 1 0 1 1 1 1 1 0 0 0 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 0 0 1  
2  
4 1 7 0  
2  
2 2 7 1 1 1 0 1 1 1 0 1 1 0 0 1 1 1 1 0 1 0 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 1 0 0 1 1 1 0 0 0 0 1 1 1 0 0 1 0 1 1 0 0 0 0  
2  
2 2 8 1 1 1 0 1 0 1 0 0 0 0 0 1 1 1 1 0 1 0 1 1 0 0 0 0 1 0 0 1 1 1 0 1 0 0 0 1 1 0 0 1 1 1 1 1 0 1 0 0 0 0 1  
1  
9 1 2 1 1 0 0 1 0 1 1 1 0 0 0 1 1 0 1 0 0 0 1 1 1 0 0 0 0 0 1 0 1 0 0 1 1 0 0 0 0 0 0 1 1 1 0 0 1 1 0 0 0 0 1  
2  
0 2 2 0 1 1 1 1 1 1 0 1 1 0 0 1 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 0 1 1 0 1 1 1 1 1 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0  
1  
9 2 2 1 1 1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 1 1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 1 1 1 1 0 0 1 0 0 0 0 0 0 1 1 1 1 0 0 0 0 0 0 0 0  
1  
7 1 2 1 1 1 1 0 0 1 1 1 1 0 0 1 1 1 0 1 1 0 1 1 0 1 1 0 1 0 0 0 1 1 0 1 1 0 1 1 0 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 0 0 0  
2  
0 1 2 1 0 0 0 0 1 1 1 1 0 0 0 0 0 0 0 1 0 0 1 0 1 0 1 0 0 0 0 0 0 0 1 1 0 0 0 1 0 0 1 0 0 0 0 0 1 0 0 0 0 0 0  
1  
7 2 2 0 0 0 1 0 0 1 0 1 1 0 1 1 0 1 0 1 0 0 1 0 1 0 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 0 1 1 0 0 0 0 0 0 1 1 1 0 0 1 1 1 1 1  
1  
8 1 2 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0 1 1 1 1 1 1 0 1 1 0 0 0 0 1  
2  
0 1 2 0 0 1 0 1 1 1 1 1 0 1 0 0 1 0 0 0 1 1 1 1 1 0 1 0 1 0 0 0 1 1 1 1 1 1 0 1 1 0 0 1 0 1 1 0 1 1 0 1 1 1 1



2 2 3 1 0 1 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 1 1 0 1 1 1 1 1 0 0 1 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 0 1 0 0 1  
 4 2 1 6 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 1 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0  
 4 2 1 6 1 0 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 0 0 1 1 0 0 1 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 1 1 1  
 2 1 6 0 0 0 0 1 1 0 1 1 1 1 0 0 1 0 0 1 1 1 0 1 1 0 1 0 0 0 0 0 1 1 1 1 0 1 0 1 0 0 0 1 0 1 0 0 1 1 0 0 1 0 1  
 9 1 6 0 0 0 0 1 1 0 1 1 1 1 0 0 1 0 0 1 1 1 0 1 1 0 1 0 0 0 0 0 1 1 1 1 0 1 0 1 0 0 0 1 0 1 0 0 1 1 0 0 1 0 1  
 9 2 6 1 0 0 1 0 0 1 0 1 0 1 0 1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 1 0 0 0 0 1 1 0 1 0 0 1 0 1 0 0 0 1 1 1 1 1 0 1 1 1 0 1 1 1 1  
 2 2 6 1 0 1 1 1 0 0 0 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 0  
 1 2 6 1 1 1 1 1 0 1 1 0 0 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 0 1  
 2 1 6 1 1 0 1 1 0 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 1 0 0 1 0 1 1 0 0 1 1 1 1 1 0 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1  
 3 1 6 0 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0 1 1 1 0 1 1 1 1 0 1 0 0 0 1  
 1 2 6 0 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0 1 1 1 0 1 1 1 1 0 1 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 1 1 1 1 1 0 1 1  
 9 2 6 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 0 0 1 0 1 0 1 1 1 0 0 0 0 0 1 1 1 1 0 1 1 1 0 0 1 1 1 0 1 1 1 0 1 1 1 1 1  
 2 2 6 0 0 0 0 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 1 0 1 1 1 0 0 0 0 0 0 1 1 0 0 0 1 1 1 1 1 1 0 1 0 0 0 0 0 1 1 0 1 1 1  
 8 2 6 0 0 0 0 0 0 0 0 1 0 1 0 0 0 0 0 1 0 0 0 0 1 0 0 0 0 0 0 0 1 1 1 1 0 0 0 1 0 0 0 0 0 1 0 0 1 0 1 1 1 1 1  
 1 2 6 0 0 0 0 0 0 0 0 1 0 1 0 0 0 0 0 1 0 0 0 0 1 0 0 0 0 0 0 0 1 1 1 1 0 0 0 1 0 0 0 0 0 1 0 0 1 0 1 1 1 1 1  
 9 2 6 1 1 1 0 0 0 1 1 0 1 1 0 1 1 0 0 1 0 1 1 1 0 0 0 0 1 1 0 1 0 1 0 1 1 1 1 0 1 0 1 1 0 0 1 1 0 1 1 0  
 3 1 6 0 0 0 0 0 0 1 1 1 1 0 0 1 0 0 0 1 1 0 0 1 1 0 1 0 1 0 0 0 0 0 1 1 1 0 1 1 1 0 1 1 1 0 0 1 1 0 0 0 1 1  
 2 2 6 0 0 0 0 0 0 1 1 1 1 0 0 1 0 0 0 1 1 0 0 1 1 0 1 0 1 0 0 0 0 0 1 1 1 0 1 1 1 0 1 1 1 0 0 1 1 0 0 0 1 1  
 6 2 6 0 0 0 0 0 0 1 1 1 1 0 0 1 0 0 0 1 1 0 0 1 1 0 1 0 1 0 0 0 0 0 1 1 1 0 1 1 1 0 1 1 1 0 0 1 1 0 0 0 1 1





```

1 2 4 0010000100000110100001000010011101100100001100111011001000011001100001
8
1 2 1 111111101100011101111110001111011110100011110111010001111111101000
8
1 2 4 1011001111001111000111100011101011111001110111111101010101001
9
1 1 3 11110011100001110001110100111010011100011001101111001100000
8
2 2 1 111101101100111001110011101110011011110110110110101100101101001
0
2 1 4 11001111000001100111101000110111110001101111100010111111100001
4
2 2 4 11111010010111110111101001111111100111111111000101111111101000
0
1 2 4 1111001110000111000110001100000111100110000011100110000011100001
8
1 2 5 11110011011011111001000101011000100010101100011000100111001101010
9
2 2 5 1111110011001111111111111111001111011111111111111111111111111
0
2 2 5 0000010111111000010011010111110011010011010010011011100000
2
2 2 5 101111111000111101111111100110111111011011011100111111001
2
1 2 1 4 1011001110000101011110100101001111000001110101101001
0
2 1 4 10001011000000000110110000001011011000100001101100011
0

```







2 2 4 1 0 0 1 1 0 1 1 1 1 0 0 1 1 1 0 1 1 1 1 1 0 1 0 0 0 1 1 0 1 1 0 1 1 0 0 1 1 1 0 1 1 1 0 0 1 1 0 1 0 1 1  
 5 1 1 1 1 0 1 1 0 0 1 1 1 0 1 1 0 0 1 1 0 1 0 1 1 1 0 1 0 0 0 0 1 1 1 0 0 1 1 0 0 1 1 1 0 1 0 1 1 1 0 0 0 1 1  
 8 2 1 1 1 1 0 1 1 0 0 0 1 0 1 1 1 0 0 0 1 1 0 0 0 1 0 1 0 0 0 1 1 0 1 1 0 0 1 1 0 1 1 1 0 1 0 1 1 0 0 0 0 1  
 1 2 1 1 0 1 1 1 0 1 1 0 0 0 0 1 1 0 0 1 1 0 1 1 0 0 0 0 0 1 1 0 1 0 0 1 1 0 0 0 0 1 0 0 1 1 0 0 1 1 0 0 0 0 1  
 7 2 1 1 0 1 1 1 0 1 0 1 0 0 0 0 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 0 0 0 0 0 1 1 1 1 0 1 1 0 0 1 0 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 0 0 0  
 1 2 3 1 0 1 1 1 0 1 0 1 0 0 0 0 1 0 1 0 1 0 1 0 0 0 0 0 0 0 0 1 1 1 1 0 1 1 0 0 1 0 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 0 0 0  
 8 2 3 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 0 0 1 0 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0 0  
 2 1 3 1 1 1 1 0 0 1 0 1 0 0 0 0 1 1 1 0 0 0 0 0 1 0 0 0 0 1 1 1 1 0 0 1 1 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 1 1 1 0 0  
 0 2 3 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 1 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 0 0 1 1 0 1 1 1 1 1 0 0 0 1  
 1 1 3 1 1 1 1 0 0 1 0 1 0 0 0 0 1 1 1 0 0 0 0 0 1 0 0 0 0 1 1 1 1 0 0 1 1 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 1 1 1 0 0  
 9 2 3 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 1 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 0 0 1 1 0 1 1 1 1 1 0 0 0 1  
 1 2 3 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1  
 9 1 2 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 0 1 0 0 1  
 1 1 2 0 0 1 1 1 0 0 0 0 1 1 1 1 1 0 0 1 1 0 0 1 0 1 0 1 0 0 0 0 0 1 1 0 1 0 1 0 0 1 0 0 1 0 1 0 1 1 0 1 1 1 1 1  
 8 2 2 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 1 0 1 0 1 1 1 1 1  
 1 2 2 1 1 1 1 0 1 1 1 1 0 0 1 0 1 1 1 0 0 1 1 0 1 1 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1  
 0 2 2 0 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 0 1 1 1 0 1 1 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 1 1 1 1 0 0 1 0 1 0 0 1 1 1 0 1  
 1 2 2 0 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 0 1 1 1 0 1 1 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 1 1 1 1 0 0 1 0 1 0 0 1 1 1 0 1



2  
 5 1 10 1 1 1 1 1 1 0 1 0 0 0 1 1 1 0 1 1 1 0 1 0 1 0 1 1 1 0 0 0 1 0 1 1 1 1 0 0 0 0 1 0 0 1 1 0 1 0 0 0 0 0  
 2  
 0 1 6 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 0 1 1 1 0 0 1 0 1 1 0 0 0 0 0  
 2  
 3 2 9 0 0 0 1 0 0 0 0 1 0 1 1 0 0 0 0 1 0 1 0 1 1 0 0 0 0 0 0 0 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 1 0 1 1 1 0 1 0 1 1  
 2  
 4 1 6 1 0 1 1 0 0 0 1 1 0 0 0 1 1 0 1 0 0 0 1 0 1 0 1 0 0 1 0 1 0 0 0 0 1 0 0 0 1 0 1 1 1 0 1 1 1 1 1 0 0 0 0  
 2  
 0 1 8 1 1 0 1 0 0 1 1 1 1 0 0 1 1 0 0 0 0 0 1 1 1 1 1 0 1 1 0 0 1 0 0 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 1 1 0 0 0 1  
 2  
 2 2 8 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 0 0 0 0 1 0 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 1 0 1 1 1 0 1 1 0 1 1 0 1 1 0 0  
 2  
 1 2 8 1 1 1 1 0 1 1 1 1 0 0 0 0 1 1 0 0 0 1 1 1 1 0 0 0 0 1 1 0 1 0 1 1 1 1 0 0 0 0 0 1 1 1 0 0 1 1 1 0 0 0 0 0  
 2  
 6 2 10 0 1 0 0 1 1 1 0 1 0 0 0 0 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 0 0 0 1 0 0 0 1 1 1 1 0 1 0 0 0 1 1 1 0 1 1 1 1 0 0 0 0 0  
 2  
 2 1 6 1 0 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 0 1 1 1 0 1 1 1 1 0 0 0 0 1  
 2  
 3 1 3 1 1 0 1 1 0 1 1 1 0 0 0 1 1 1 0 0 1 0 1 0 1 0 0 0 1 0 1 0 1 1 0 0 1 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0 1 0 0 1  
 2  
 0 1 6 1 1 1 1 0 1 1 0 0 0 1 0 1 1 1 1 0 1 1 1 0 0 1 0 0 0 1 1 1 0 1 1 1 1 0 1 0 0 1 0 0 1 0 1 1 1 1 0 1 0 0 1  
 2  
 3 2 10 0 0 0 1 0 0 1 1 0 0 0 0 1 0 0 0 1 0 1 0 1 0 0 1 0 1 1 0 1 1 0 0 1 1 0 0 1 1 1 0 0 0 1 0 0 1 1 0 1 0 0 1  
 2  
 4 1 10 1 1 0 0 1 1 1 1 0 0 1 0 1 1 0 0 1 1 1 1 1 0 0 1 0 1 0 0 0 1 1 1 1 1 0 1 0 0 1 1 0 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0 0  
 2  
 3 2 8 1 0 1 0 0 0 0 0 1 1 1 0 0 0 0 0 1 1 1 1 1 1 0 1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 1 0 1 0 0 0 0 1 1 0 0 0 0 0 0 1 1 1 1

```

1 9 1 6 0 1 0 1 1 1 1 0 0 0 0 0 0 0 1 1 1 0 1 1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 1 1 1 1 1 0 0 0 0 0 0 1 1 0 0 1 0 1 1 0 0 0 0 0
2 3 1 10 1 1 0 1 1 0 1 1 1 1 0 0 1 1 1 0 0 1 1 1 1 0 1 0 0 1 1 1 0 1 1 1 1 1 0 0 0 0 0 0 0 1 1 0 1 1 1 1 0 1 0 0 0
2 2 1 10 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 0 0 0 0 0
2 5 2 10 1 1 0 1 1 1 1 0 1 1 0 0 1 1 1 0 0 1 1 1 1 1 1 0 0 1 1 1 0 1 1 1 1 0 0 0 0 1 0 1 1 1 1 1 0 1 1 0 1 0 0 1
2 3 2 6 1 1 1 0 0 0 1 1 1 1 0 0 0 1 1 1 0 1 0 1 1 1 1 0 0 0 1 0 1 1 0 0 1 1 1 0 0 1 0 1 1 1 1 0 0 1 1 1 0 0 0 1
2 2 1 5 1 1 0 1 1 0 0 1 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 0 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1
2 2 1 6 1 1 0 1 0 1 0 1 1 1 0 0 1 1 1 0 0 0 1 0 0 1 1 0 0 1 1 0 0 0 1 1 1 0 1 0 0 0 0 1 1 1 1 1 0 1 1 0 1 1 0 0
2 3 1 10 0 0 0 1 0 0 1 1 0 0 0 0 0 1 0 0 1 1 0 1 1 0 0 0 0 1 1 1 0 0 0 0 1 1 0 0 0 1 0 1 1 1 1 0 0 1 1 0 0 0 0 1
2 1 1 6 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 1 1 1 0 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0 0
2 2 1 6 1 0 1 1 0 0 0 1 0 1 0 0 1 0 1 1 1 0 1 1 1 1 0 0 0 0 1 1 1 1 1 1 0 0 1 0 1 1 1 1 0 1 0 1 0 0 1 1 0 1 0 0
2 1 2 8 1 0 0 1 1 0 0 1 0 1 1 0 1 1 0 0 1 1 1 0 1 0 1 0 0 1 0 0 0 0 0 1 1 1 0 0 0 1 0 0 1 1 0 1 0 1 1 0 1 1 0 1
1 1 2 8 1 1 0 1 1 0 1 1 0 1 1 0 1 1 1 0 1 1 1 0 1 0 1 0 0 1 1 1 0 1 1 1 1 0 0 1 0 0 1 1 1 0 1 1 1 1 0 1 1 0 1
9 2 1 10 1 1 1 1 0 0 1 0 0 0 0 1 1 1 1 1 0 1 0 0 1 0 0 0 1 0 1 1 1 1 0 0 1 1 0 0 0 0 0 1 1 1 1 0 0 1 1 0 0 0 0 0
2 0 1 10 1 0 1 1 0 0 1 0 1 0 0 0 0 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 0 0 1 1 1 1 0 0 1 1 0 0 0 0 0
2 4 1 10 1 0 1 1 0 0 1 0 1 0 0 0 0 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 1 0 0 1 1 1 1 0 0 1 1 0 0 0 0 0

```



2  
1 10 0 1 0 1 1 0 1 0 0 0 0 0 1 1 1 0 0 1 0 1 0 0 0 0 0 0 1 1 0 1 1 1 1 0 0 0 0 0 0 1 1 0 1 1 0 1 1 0 0 0 0 0

2  
3 1 5 1 1 1 0 1 1 1 1 0 0 0 0 0 1 1 1 0 1 1 1 0 0 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0 0

2  
2 1 5 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 0 1 1

3  
0 1 10 1 1 1 1 1 0 1 1 0 0 0 0 1 1 1 0 1 1 1 1 1 0 0 0 0 0 1 1 1 1 1 0 1 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0 0

2  
3 1 5 0 1 1 0 1 0 0 1 0 0 0 1 1 0 1 0 1 1 0 1 1 0 0 1 1 0 0 0 1 0 1 1 1 1 0 0 1 1 1 0 1 0 1 1 1 1 1 0 0 0 1 0

2  
0 1 8 1 1 1 1 0 0 1 1 0 1 0 0 0 1 1 1 0 0 1 0 1 0 1 0 0 1 0 0 1 1 0 1 1 1 0 0 0 0 0 1 1 1 1 0 0 0 1 0 0 0 0 1

2  
0 1 10 0 0 0 0 1 1 1 1 0 1 1 1 1 0 0 0 1 1 1 0 1 0 0 1 0 1 1 0 0 0 1 1 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 0 1 0 1 0

2  
2 1 10 1 1 0 0 1 0 1 1 0 1 1 1 0 0 0 0 1 0 0 0 0 1 0 1 1 0 0 1 1 1 1 0 1 0 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 1 1 0 1 1 1 1

2  
1 8 1 1 0 0 0 0 1 0 0 0 0 0 1 1 1 0 0 1 1 0 0 0 0 0 0 1 1 1 0 1 0 0 1 0 0 0 1 0 1 0 1 0 1 0 0 1 0 0 0 1 0 0

Datos del Encuestado			FILTR O		ESTRESORES							SINTOMAS							AFRONTAMIENTO						
Edad	Sexo	Semestre	P1	P2	PE 1	PE 2	PE 3	PE 4	PE 5	PE 6	PE 7	PS 1	PS 2	PS 3	PS 4	PS 5	PS 6	PS 7	PA 1	PA 2	PA 3	PA 4	PA 5	PA 6	PA 7
20	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
17	2	1	1	3	3	1	2	1	1	2	1	3	2	3	2	3	3	1	5	4	4	3	4	4	3
19	1	1	1	4	4	3	3	3	4	3	3	4	2	1	2	1	1	2	2	4	4	4	4	3	4
23	1	1	1	3	3	2	3	3	3	3	4	1	1	3	4	1	1	1	3	4	4	5	3	3	3

18	2	1	1	4	4	3	4	4	5	5	4	3	4	4	3	3	1	3	3	4	4	4	3	3	4
18	1	1	1	3	5	2	3	4	4	4	4	4	3	3	4	1	1	4	4	3	3	1	3	1	2
21	1	1	1	3	3	3	4	4	3	4	3	2	3	3	4	2	2	3	4	3	3	3	4	4	2
20	2	1	1	4	4	3	4	4	3	3	5	3	4	4	5	3	3	2	4	3	3	4	3	4	0
18	2	1	1	4	3	3	3	3	3	4	3	1	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3
18	2	1	1	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	3	3	3	4	4	4	4
17	2	1	1	4	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	4	4	3	2	3	4
17	1	1	0	1	2	1	2	2	2	3	2	2	1	4	3	2	2	3	2	3	1	2	2	2	5
20	2	1	1	4	3	2	3	3	3	4	4	2	1	1	3	1	0	1	4	4	4	4	4	4	4
17	2	1	1	4	4	2	4	4	3	4	5	4	3	4	4	2	3	3	2	3	3	4	1	2	1
20	1	1	1	5	3	5	5	2	4	5	3	4	2	4	4	3	3	1	5	5	4	4	4	4	4
23	2	1	1	5	5	5	2	2	2	4	3	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	1	2	1	2
20	2	1	1	3	3	2	3	2	1	2	3	2	3	4	2	1	0	0	4	4	4	3	3	3	4
23	1	1	1	4	4	5	3	4	3	4	2	5	3	3	5	1	2	4	4	4	4	4	4	4	4
22	1	7	1	3	5	5	1	2	3	1	5	3	3	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	4	4
21	1	7	1	3	2	0	4	4	4	5	4	3	4	0	0	0	1	1	0	2	0	1	1	4	4
27	1	7	1	4	4	2	4	2	3	4	1	1	2	1	1	1	1	1	4	4	5	3	4	4	4
18	2	1	1	5	4	2	3	3	1	3	3	5	5	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3
21	2	7	1	1	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	3	2	1	2	4	4	4	4	4	4	4
21	1	7	1	3	3	2	3	2	3	2	4	3	1	4	1	5	3	1	5	4	2	4	1	2	3
22	2	7	1	5	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	2	4	3	2	3	4	4	2	2
17	1	1	1	3	2	1	2	1	1	3	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	2	0	1	1	1
23	2	7	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4
20	2	7	1	2	4	1	1	3	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	5	3	5	3	2
22	1	7	1	3	3	2	2	3	2	3	3	4	3	2	3	1	1	2	3	4	3	4	4	3	3
22	2	7	1	5	5	5	4	4	3	2	3	3	4	4	4	3	1	3	5	5	5	3	5	4	4

21	1	7	1	4	3	4	4	4	4	3	4	3	2	2	3	3	2	3	3	4	3	4	2	0	1
21	1	7	0	1	3	2	5	2	1	0	2	0	0	0	2	0	0	3	5	5	5	5	4	0	5
26	2	7	1	4	4	4	4	3	2	4	2	3	3	3	3	2	3	4	5	5	5	5	4	4	4
22	2	7	1	3	4	3	4	4	4	3	4	2	4	4	5	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4
23	2	7	1	4	3	3	3	3	2	2	4	2	2	2	3	2	1	3	2	3	4	4	3	1	3
24	2	7	1	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3
20	2	7	1	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	1	3	1	0	3	4	5	5	3	3	1	0
18	2	1	0	2	2	2	0	0	0	2	1	1	0	2	2	0	0	1	5	4	4	5	5	3	4
24	1	7	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
22	2	7	1	3	4	1	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	2	2	3	4	4	3	4	4	4
22	2	8	1	4	4	5	3	3	4	4	5	2	3	3	4	2	1	3	4	3	3	4	3	2	4
19	1	2	1	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	2	2	1	2	1	2	2	3	4	4	3	4
20	2	2	1	2	2	3	3	3	2	2	4	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2
19	2	2	1	4	2	3	0	0	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
17	1	2	1	3	5	3	4	4	2	5	5	3	3	5	4	5	4	3	5	5	5	5	3	5	3
20	1	2	1	3	2	3	2	3	3	4	1	1	2	0	1	0	1	1	1	3	3	4	3	3	3
17	2	2	1	3	5	3	3	4	3	5	5	5	5	4	5	3	4	4	0	2	4	1	2	2	2
18	1	2	1	3	4	2	2	4	3	3	3	2	2	2	4	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3
20	1	2	1	2	4	2	3	2	3	2	3	2	1	3	4	2	1	4	3	3	5	4	2	1	4
21	1	3	1	2	3	3	3	3	3	3	4	2	1	2	3	2	3	2	2	2	1	3	2	3	1
20	1	2	1	4	3	3	4	4	3	3	2	2	3	2	3	1	1	1	4	4	3	4	3	1	3
19	2	2	1	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4
18	1	3	1	4	3	4	2	3	4	3	4	3	3	2	4	1	1	3	3	3	1	1	1	1	1
19	1	6	1	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1	3	4	4	4	4	4
20	1	6	1	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	2	5	2	2	4	3	4	4	3	4	4
21	1	6	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5



21	1	6	1	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	5	4	3	3	3	3	4	4	1	3
20	2	3	1	4	5	5	3	3	4	3	2	4	5	4	3	4	4	2	4	5	4	2	3	2	4
20	1	6	1	4	4	3	2	4	1	2	1	3	3	2	3	1	1	2	3	4	5	5	3	3	3
21	1	6	1	4	5	5	4	4	1	4	4	4	1	3	4	1	1	4	4	2	3	3	1	2	4
23	1	6	1	4	4	1	3	3	3	4	4	1	1	1	2	1	2	1	4	4	3	4	4	2	3
21	2	6	1	5	4	5	3	5	4	4	2	4	3	5	5	5	5	5	1	1	2	0	1	1	1
21	2	6	1	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	2	4	3	4	4	3	3	3	3	4	2	2
24	2	3	1	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	4	3	1	3
24	1	6	1	1	2	3	4	4	3	4	5	3	1	1	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3
22	1	6	1	4	3	3	3	4	4	4	4	1	3	3	4	1	1	3	3	4	4	4	3	3	3
19	1	6	1	4	4	3	2	3	1	2	4	1	2	2	1	1	1	1	2	1	3	1	2	3	3
19	2	6	1	4	5	4	3	3	3	4	2	4	2	3	4	1	1	3	3	3	2	4	4	2	2
21	2	6	1	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	3	4	4	4	5	4	3	3	3	4	3
20	1	6	1	4	3	4	4	3	5	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3
23	1	6	1	3	3	3	3	3	2	4	3	4	2	3	4	2	3	4	4	3	3	4	4	3	5
19	2	6	1	5	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2
21	2	6	1	5	4	3	3	4	4	4	4	5	5	5	5	4	2	3	3	4	3	3	3	2	3
28	2	6	1	3	5	4	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	4	4	3	2	3	3	2	2
19	2	6	1	5	4	3	5	4	4	5	4	4	4	4	5	5	3	4	5	1	2	0	2	0	1
23	1	6	1	4	5	4	5	5	5	4	3	3	2	4	5	3	2	3	4	4	2	3	3	1	4
26	2	6	1	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	5	3	3	3	4	3	3	3	3	1	1
20	2	6	1	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	2	1	2	4	4	3	3	4	1	2
21	1	6	1	3	5	5	5	0	4	4	3	3	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	5	3
21	1	4	1	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	3	4	3	4	3	4	5
20	2	2	1	5	4	1	5	4	3	5	4	2	3	4	4	4	2	5	4	3	4	3	4	2	3
20	2	6	1	5	4	3	5	3	5	3	4	4	3	5	5	4	2	4	4	4	5	5	4	4	4

22	1	6	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
23	1	6	1	5	4	4	3	3	4	3	2	2	4	4	4	4	4	3	2	3	2	3	4	2	
19	2	5	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
23	1	5	1	4	3	2	2	3	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	3	2	3	3	2	2	
26	1	5	0	3	3	2	1	0	0	3	0	3	1	2	1	3	2	1	4	4	4	3	5	4	4
21	2	5	1	3	4	3	3	1	3	5	1	3	5	4	3	3	3	0	4	4	5	3	3	4	4
20	1	5	1	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	5	2	3	3	3	3	2
23	2	5	1	5	4	3	3	4	3	3	4	4	2	3	2	1	0	2	1	2	3	5	4	2	4
21	1	7	1	4	5	5	2	4	2	1	4	4	3	4	5	3	3	4	3	3	3	2	4	4	3
20	1	5	1	5	5	4	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5
19	1	5	1	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	3	5	2	5	4	4	4	3	4	4	4
19	1	4	0	1	2	2	1	4	2	2	3	3	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2
22	2	4	1	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	3	4	3	4
20	2	4	1	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	4	3	3	3	2	2
18	2	4	1	4	4	3	4	3	4	5	3	2	3	4	4	1	1	2	4	4	5	5	5	5	4
20	2	8	1	4	4	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	2	3
19	2	5	1	2	5	5	4	5	5	5	5	5	3	2	4	5	5	5	3	3	2	2	1	2	3
29	1	4	1	3	3	2	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	1	3	4	4	3	4
23	2	7	1	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	4	3	4
20	2	7	1	5	4	4	3	1	3	3	3	4	4	3	3	2	2	1	4	3	4	4	3	3	5
19	2	3	1	5	4	5	5	5	5	2	5	3	3	5	5	4	4	4	0	0	0	1	3	0	2
19	1	6	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	0	0	0	0	0	0	0
19	2	4	1	2	3	2	2	3	3	4	3	2	1	2	3	0	1	1	3	3	3	4	4	2	3
18	2	4	1	4	3	4	4	3	2	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	1	3
18	2	1	1	5	5	3	5	4	4	5	3	4	4	4	3	3	2	3	5	5	5	5	5	3	5
19	2	4	1	5	3	3	4	3	4	4	5	4	3	5	4	2	2	4	3	3	4	3	3	3	4

18	1	3	1	5	4	3	3	2	3	3	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	
20	2	1	1	4	3	2	4	3	3	4	2	3	3	4	3	1	1	3	3	4	3	3	5	4	5	
24	1	4	1	4	4	5	3	2	4	4	5	3	4	4	5	0	4	4	5	5	4	3	5	5	5	
20	2	4	1	5	5	5	3	4	3	3	5	3	2	5	4	2	2	5	5	3	5	5	5	5	5	
18	2	4	1	4	4	3	3	2	3	5	5	4	1	3	0	3	0	3	5	5	5	5	5	4	3	
19	2	5	1	4	4	4	5	3	5	5	5	3	3	4	5	4	3	4	4	3	4	4	4	5	4	
20	2	5	1	5	3	4	4	5	3	3	3	4	3	4	5	5	5	2	4	3	2	3	4	3	3	
22	2	5	1	5	4	3	2	2	3	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	0	2	3
21	2	5	1	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	2	4	
20	1	4	1	3	4	4	5	5	4	5	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	3	5	
20	1	4	1	1	2	3	2	3	2	3	2	0	1	1	3	0	1	4	3	3	5	4	4	2	4	
20	1	4	1	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	
20	1	4	1	3	4	3	4	3	3	4	4	1	3	3	4	3	2	4	4	5	3	3	5	1	2	
19	1	4	1	3	5	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	2	2	3	2	
23	1	4	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	4	4	4	4	3	
19	2	4	1	2	3	3	5	4	3	3	4	2	2	1	2	1	1	3	3	3	3	2	3	2	3	
20	2	4	1	4	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	2	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	
19	2	4	1	4	4	2	3	2	2	3	4	4	1	2	3	1	1	2	4	4	4	3	3	4	4	
19	2	4	1	3	3	4	2	3	3	5	5	0	3	2	2	1	0	4	3	2	4	1	1	0	2	
19	2	4	1	3	4	3	3	4	4	4	5	3	3	3	5	3	3	4	3	3	3	5	3	3	3	
21	1	4	1	4	4	5	5	4	4	4	3	4	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	
23	1	4	1	4	4	3	4	4	3	3	4	2	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	
21	1	4	1	3	2	2	2	2	3	2	3	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	3	2	
21	1	4	1	2	2	5	4	3	3	2	3	4	2	1	4	4	3	2	3	4	5	5	5	4	5	
21	1	4	1	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	4	2	3	4	3	5	4	3	2	4	4	
23	2	4	1	1	3	3	2	2	3	3	3	1	2	1	2	2	1	3	5	4	5	5	4	5	5	

19	2	4	1	5	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3		
19	2	4	1	4	4	3	4	4	4	5	5	4	4	3	5	3	2	5	2	3	4	3	4	1	2
23	1	4	1	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	4	3	2	4	2	2	2	4	4	2	2
20	2	4	1	4	4	2	3	4	3	4	3	5	3	3	4	1	1	3	3	5	5	5	5	5	5
20	2	4	1	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1
31	1	4	0	3	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3
20	2	4	1	5	5	4	5	4	4	5	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	1	3
23	1	4	1	4	4	5	3	3	2	5	4	3	3	4	4	2	1	3	3	3	4	4	5	4	3
21	1	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	2	4	1	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	1	1	3	2	2	2	2	1	2	3
26	1	4	1	5	4	5	5	0	0	0	0	5	5	5	5	5	5	5	0	0	0	0	0	0	0
20	1	4	1	5	3	2	4	4	4	4	3	3	4	4	3	1	1	2	4	4	4	3	4	3	4
19	2	4	1	1	5	5	4	4	5	5	5	5	3	5	5	2	3	5	1	1	1	0	2	0	4
25	2	4	1	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
18	1	1	1	3	2	3	1	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
17	2	1	1	3	4	3	2	2	2	3	4	4	2	4	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	4
18	2	1	1	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2
20	1	3	1	3	4	3	3	3	4	3	4	4	1	3	2	1	1	3	4	3	1	5	5	1	3
19	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3
19	1	3	1	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4
19	2	3	1	3	3	1	3	2	2	3	3	1	1	2	3	1	3	2	4	4	4	4	4	3	3
21	2	3	1	3	3	3	3	4	4	5	3	2	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3
19	1	2	1	4	3	5	5	5	5	3	5	4	3	2	2	3	3	3	3	5	5	5	5	5	5
18	1	2	1	4	2	3	3	4	2	4	4	4	4	5	3	4	3	3	3	2	4	2	3	2	3
18	2	2	1	5	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
20	2	2	0	1	3	4	3	3	3	3	3	1	2	2	4	3	4	3	3	2	3	2	3	4	1

19	2	2	1	2	3	3	4	2	3	3	3	0	3	4	4	1	1	2	1	3	3	4	3	2	3	
20	2	2	1	3	2	3	3	3	4	4	4	1	2	2	3	1	2	1	2	3	2	2	4	3	4	
22	2	9	1	4	4	5	5	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	
23	2	9	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	
23	1	9	1	5	4	3	5	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	5	4	
34	1	9	1	3	4	3	3	4	2	4	4	4	3	3	3	3	2	5	3	3	2	2	2	3	2	
23	2	9	1	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	0	5	2	5	
22	2	9	1	5	5	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
22	1	9	0	1	0	1	1	2	1	2	1	1	1	0	1	1	1	1	2	1	2	0	0	4	4	
22	1	9	1	2	4	3	4	2	2	2	3	2	1	1	3	2	1	2	5	4	4	4	4	3	4	
27	1	9	1	3	5	3	2	4	4	3	2	2	2	2	3	2	2	4	4	4	5	3	4	4	2	
22	2	9	1	4	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	4	3	2	0	3	3	2	3	4	5	2	3
21	2	5	1	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	4	4	3	3	3	3	3	
20	2	5	1	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	
19	2	2	1	5	4	2	3	3	4	5	4	4	3	3	2	3	1	2	4	5	4	5	4	3	4	
25	1	10	0	2	1	2	2	3	1	3	3	1	2	2	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	4	
20	1	6	0	1	1	0	0	0	0	2	1	1	1	1	2	0	0	1	4	4	4	4	4	4	4	
23	2	9	1	4	5	5	5	4	4	5	5	4	4	5	5	4	3	4	4	3	2	2	4	4	3	
24	1	6	1	5	5	3	3	3	5	5	4	5	4	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	1	3	
20	1	8	1	5	5	3	4	4	2	5	5	3	3	4	3	4	4	5	3	3	5	4	3	2	5	
22	2	8	1	5	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	3	3	3	2	1	4	3	4	3	2	
21	2	8	1	3	4	2	2	3	2	3	2	1	0	2	0	0	0	0	5	5	5	4	5	5	4	
26	2	10	1	3	3	2	1	4	3	3	2	2	2	2	3	1	1	2	4	4	4	5	5	5	4	
22	1	6	1	2	3	2	3	3	2	3	3	3	1	2	1	1	1	2	4	4	5	4	4	2	4	
23	1	3	1	4	3	1	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	5	2	5	3	4	
20	1	6	1	4	2	4	4	2	3	2	5	3	4	4	2	3	4	3	3	4	3	1	2	4	4	

23	2	10	1	3	3	2	3	3	2	4	2	2	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	2	4	2
24	1	10	1	4	2	0	2	4	1	3	1	0	3	2	4	1	0	1	4	3	5	5	4	1	2
23	2	8	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	0
19	1	6	1	3	3	2	3	2	3	3	4	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	0	1	0	
23	1	10	1	4	4	3	2	3	4	3	3	3	2	2	2	1	1	3	1	3	4	4	4	4	4
22	1	10	1	4	4	5	1	1	4	4	4	4	4	4	5	1	1	4	1	4	5	4	4	4	5
25	2	10	1	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	4	4	3	4
23	2	6	1	4	3	3	3	1	1	4	1	3	3	3	3	4	1	1	1	3	4	4	4	3	4
22	1	5	1	4	4	5	3	3	4	3	4	2	4	2	4	2	3	4	3	3	4	4	4	4	4
22	1	6	1	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3
23	1	10	0	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3
21	1	6	1	4	4	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	1	2	3	3	3	3	4	3	3
22	1	6	1	4	5	4	4	3	4	4	4	1	3	3	3	2	4	2	4	3	4	4	4	2	4
21	2	8	1	5	5	4	3	5	3	5	4	2	3	2	3	3	2	3	3	3	4	4	4	2	2
19	2	8	1	5	5	3	3	5	4	5	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3
20	1	10	1	4	2	3	3	3	3	5	5	1	5	4	5	5	3	5	4	2	5	5	5	5	5
24	1	10	1	4	4	3	3	4	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	4	5	4	4	4	3	5
24	2	4	0	4	5	5	5	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
23	1	10	1	4	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	5	4	4
32	1	8	1	3	3	2	3	2	2	1	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3
23	1	10	0	3	3	2	3	3	3	3	2	0	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	2	3
22	1	1	0	1	1	2	1	2	2	3	2	2	1	1	1	2	1	2	2	4	4	4	4	4	5
23	2	8	1	4	2	2	3	3	2	3	1	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	4	4	2	2
19	1	1	0	3	2	2	3	1	1	4	2	2	2	2	2	1	3	4	1	3	2	3	3	1	2
19	1	1	1	3	4	3	0	2	1	5	5	2	4	4	3	4	5	5	3	2	2	2	5	2	2
22	1	10	1	4	4	3	3	2	2	5	3	3	2	2	1	2	3	3	3	3	4	3	3	1	1

20	1	3	1	4	4	2	4	4	4	4	4	3	2	2	2	1	1	1	4	4	3	3	3	3	2
20	1	1	1	4	1	2	5	3	5	5	4	4	4	5	4	3	0	4	0	0	0	2	0	0	0
19	1	9	1	5	4	3	2	3	3	3	4	1	2	2	4	3	2	2	3	3	2	1	3	2	2
19	1	9	1	3	3	4	3	3	2	4	4	2	3	0	3	0	0	4	3	4	5	4	2	1	5
20	2	9	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	1	3	3	3	4	3	2	2	3
21	1	10	1	3	2	3	4	4	4	1	4	1	1	0	1	0	0	2	4	5	2	3	4	3	4
23	1	5	0	1	1	1	0	2	1	1	1	0	1	1	1	0	0	2	3	3	4	4	3	3	3
22	1	5	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	0	2	3	3	3	3	3	2	1	3
30	1	10	1	1	3	3	2	2	4	3	3	0	1	1	3	2	2	1	4	3	3	3	4	5	5
23	1	5	1	4	3	3	3	3	3	4	4	2	4	2	3	2	3	4	2	3	4	3	4	5	3
20	1	8	1	3	3	3	4	2	4	4	3	1	1	1	3	2	1	3	3	3	2	3	4	5	3
20	1	10	1	3	2	2	2	2	2	2	2	4	4	3	4	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3
22	1	10	1	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	2	2	5	3	3	3	3	4	3	3
21	1	8	1	3	3	1	2	3	5	4	3	4	0	2	1	2	2	0	3	4	4	3	3	5	3

## **Anexo 5: Consentimiento Informado**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA SER PARTICIPANTE EN EL ESTUDIO**

El objetivo de este estudio es Determinar la relación entre el estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Administración en una universidad pública de Puno, 2024. Todos los participantes completaran un cuestionario demográfico y se les realizaran preguntas relacionadas a la/s variable/s de estrés académico y estilos de afrontamiento relacionadas a la salud mental. Su participación en el estudio se dará en un solo momento y es VOLUNTARIA, nadie puede obligarlo a participars si no lo desea. Debe también saber que toda la información que brinde será guardada CONFIDENCIALMENTE, es decir, solo será conocida por las personas autorizadas que trabajan en este estudio y por nadie más.

Si acepta participar en el estudio y registra su código en este consentimiento sucederá lo siguiente:

Le aseguramos que la información que proporcione se guardara con la mayor confidencialidad posibles. Su nombre no va a ser utilizado en ningún reporte o publicación que resulte de este estudio. Le solicitaremos pueda Ud. crear un código de participante. Su nombre y dirección, así como su número de teléfono o dirección de correo electrónico, en caso los proporcione, serian asegurados mediante uso de contraseñas para su acceso

Algunas preguntas podrían causar incomodidad, pero puede no contestarlas y puede también interrumpir la encuesta en cualquier momento.

Su participación se dará en el marco del respeto a la integridad de la persona: autonomía, justicia, benevolencia y la no maleficencia.

Usted puede decidir no participar en este estudio.

Si participa del estudio, ayudaría a la comunidad científica a conocer el estado de algunos aspectos de la salud mental en una



universidad pública de Puno en una población de 256 estudiantes, especialmente relacionados a de estrés académico y estilos de afrontamiento.

No habrá una compensación económica por su participación en el estudio. La participación en este estudio en cualquiera de los test realizados no implica algún costo para Ud.

Las únicas personas que sabrán de su participación son los integrantes del equipo de investigación. Su código de participante será guardado en un archivo electrónico con contraseña u encriptado. No se compartirá la información provista durante el estudio a nadie, sin su permiso por escrito, a menos que fuera necesario por motivos legales y bajo su conocimiento.

En el caso de cualquier consulta relacionada al estudio y su participación, puede contactar al o los responsables de la investigación: José Manuel Tapia Sardón o Christian Arnol Flores Davalos, número telefónicos 910082979 o 917066217 y correos electrónicos [josechau45@gmail.com](mailto:josechau45@gmail.com) o [arnolforesdavalos@gmail.com](mailto:arnolforesdavalos@gmail.com)

Como evidencia de aceptar participar de la investigación se requiere que elabore un código personal que nos permitirá además mantener la confidencialidad. El código se elaborará considerando su fecha de nacimiento y las iniciales de sus datos personales.

---

Código del participante

---

Fecha

#### **Anexo 6: Autorización para el uso de los instrumentos**

**Asunto:** Autorización

Victoria de Durango, a 21 de octubre de 2024

Christian Arnol Flores Dávalos  
Estudiante de Psicología de la Universidad Autónoma de Ica  
Presente.

Por medio de la presente me permito autorizarle el uso del Inventario SISCO SV-21. Dicho inventario es de mi autoría y su validación fue reportada en el libro "Inventario SISCO SV-21. Inventario SISTémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems"; disponible en <http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/Estres.pdf>

Para mayor información al respecto puede consultar el video denominado "Inventario SISCO de estrés académico" disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=NsPEqQs3htg&t=312s> o el video intitulado "Codificación e interpretación del Inventario SISCO" disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=tVRxCpyOOFo>

Esta autorización es para su uso con fines exclusivamente académicos y otorgando los créditos correspondientes de autoría a un servidor.

Sin otro particular por el momento me despido reiterándole las seguridades de mi atenta consideración.



---

Dr. Arturo Barraza Macías

c. c. p. archivo

Dr. Arturo Barraza Macías  
E-mail: [praxisredie2@gmail.com](mailto:praxisredie2@gmail.com) Tel. (618) 817-6990 Cel. (618)132-1782  
Josefa Ortiz de Domínguez #104. Fracc. Francisco Sarabia, Durango, Dgo., México, C.P. 34214

## Anexo 7: Constancia de autorización y aplicación de instrumentos en la Institución

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO	
FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y HUMANAS	
Escuela Profesional de Administración	
Sr. METAPIA	
Fecha	21-10-2024
2005	

"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATAJAS DE JUNÍN Y AYACUCHO"

**SOLICITO:** Autorización para la realización de este proyecto de investigación

SR(A): DR. BRAULIO SALOME VILLA RUIZ

**DIRECTOR DE ESTUDIO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ADMINISTRACIÓN EN LA FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y HUMANAS**

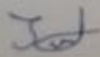
Yo, José Manuel TAPIA SARDON, identificado con DNI N° 74565540, en calidad de estudiante de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, con código universitario 227578, de la Escuela Profesional de Administración y Christian Arnol FLORES DAVALOS, identificado con DNI N° 70185033, ante usted y con el debido respeto me presento y expongo lo siguiente:


Me dirijo a su digna autoridad con el debido respeto para comunicarle que vengo realizando mi proyecto de investigación para obtener mi título en Psicología en la Universidad Autónoma de Ica titulado: "Estrés académico y métodos de afrontamiento en estudiantes de administración en una universidad pública en 2024."

El presente estudio se enfocará en los estudiantes de la carrera de Administración, comprendidos entre el 1er al 10mo semestre. Mi objetivo es identificar los niveles de estrés académico y los métodos de afrontamiento que utilizan los estudiantes.

Por ello, solicito su gentil colaboración y autorización para la realización de este proyecto de investigación dentro de las instalaciones y con la participación de los estudiantes de la carrera de Administración.

Por lo expuesto ruego a Ud. Señor Director de estudio acceder a mi solicitud por ser justa. Así mismo le agradezco de antemano por su debida atención.

  
Jose Manuel Tapia Sardon  
DNI N° 74565540

  
Christian Arnol Flores Davalos  
DNI N° 70185033

Recibo  
CONFIRMO EL  
DOCUMENTO

### CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS

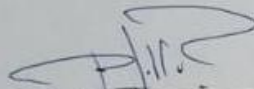
El Dr. BRAULIO SALOME VILLA RUIZ, director de estudio de la escuela profesional de Administración en la facultad de ciencias administrativas y humanas, hace constar que:

TAPIA SARDON JOSE MANUEL, identificado con DNI N° 74565540 y FLORES DAVALOS CHRISTIAN ARNOL, identificado con DNI N° 70185033, quienes actualmente se encuentran realizando su tesis para obtener su título profesional de licenciado en Psicología en la Universidad Autónoma de Ica, han desarrollado su tesis titulada: "Estrés académico y métodos de afrontamiento en estudiantes de administración en una universidad pública en 2024" en nuestra institución académica de enseñanza superior e investigación, demostrando un alto nivel de responsabilidad y puntualidad concerniente a la aplicación de tesis de forma satisfactoria.

Se expide el presente documento para fines y trámites correspondientes.

Puno, 28 de noviembre de 2024.

Atentamente,



Dr. BRAULIO SALOME VILLA RUIZ

Director de estudio de la escuela profesional de Administración  
Universidad Nacional del Altiplano Puno

## Anexo 8: Informe de turnitin al 28% de similitud



### 59. FLORES DAVALOS - TAPIA SARDON.docx

2025

2025

Universidad Autónoma de Ica

#### Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::3117-426619072

Fecha de entrega

4 feb 2025, 3:38 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

4 feb 2025, 4:07 p.m. GMT-5

Nombre de archivo

59. FLORES DAVALOS - TAPIA SARDON.docx

Tamaño de archivo

4.2 MB

130 Páginas

37,654 Palabras

129,343 Caracteres






## 8% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

### Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Coincidencias menores (menos de 15 palabras)

### Fuentes principales

- 7%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 4%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

### Marcas de integridad




#### N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

## Fuentes principales

- 7%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 4%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

## Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	hdl.handle.net	1%
2	Internet	repositorio.upn.edu.pe	1%
3	Internet	repositorio.autonmadeica.edu.pe	1%
4	Internet	repositorio.continental.edu.pe	1%
5	Internet	www.repositorio.autonmadeica.edu.pe	<1%
6	Internet	repositorio.usmp.edu.pe	<1%
7	Trabajos entregados	Universidad Privada del Norte on 2024-10-09	<1%
8	Internet	repositorio.upla.edu.pe	<1%
9	Trabajos entregados	Universidad Nacional Federico Villarreal on 2024-01-19	<1%
10	Internet	repositorio.upsjb.edu.pe	<1%
11	Internet	repositorio.upt.edu.pe	<1%

12	Trabajos entregados	Universidad San Ignacio de Loyola on 2021-11-02	<1%
13	Trabajos entregados	Universidad Continental on 2023-06-24	<1%
14	Trabajos entregados	Universidad Tecnológica del Peru on 2022-08-04	<1%
15	Trabajos entregados	Higher Education Commission Pakistan on 2022-12-29	<1%
16	Trabajos entregados	Universidad Alas Peruanas on 2020-06-22	<1%
17	Trabajos entregados	Universidad Alas Peruanas on 2022-08-01	<1%
18	Trabajos entregados	Universidad Nacional de Tumbes on 2024-12-03	<1%
19	Trabajos entregados	BENEMERITA UNIVERSIDAD AUTONOMA DE PUEBLA BIBLIOTECA on 2020-12-10	<1%
20	Publicación	Ferreira, Paulo Miguel Fernandes. "Comportamento térmico dinámico dos eleme..."	<1%