



**Universidad de las Américas  
Escuela de Enfermería  
Facultad de Ciencias de la Salud**

**Estrés en estudiantes de diferentes áreas académicas  
en una Universidad Privada, Concepción 2017.**

**Autores:**

**Nicole E. Cárcamo Escobar  
Jocelyn L. Cartes Yepsen  
Josselyn A. Oñate Pradenas  
Constanza G. Torres Martínez**

**Nombre Profesor Guía Metodológico: Dra. Julia Ramírez Castillo**

**Nombre Profesor Guía Académico: Dra. Maritza Espinoza Venegas**

**Chile, Concepción 2017**

## **Agradecimientos**

Esta investigación está dedicada a nuestros seres queridos y familia que siempre nos han apoyado en nuestros proyectos y sobre todo a Dios por guiar nuestro camino en este proceso.

También agradecemos a los directores de la carrera de Enfermería y Educación Parvularia, por autorizarnos y permitir realizar este estudio en estas dos áreas académicas.

Agradecemos la ayuda de nuestra docente Guía Metodológica por guiar nuestra tesis y además todo lo aprendido en este proceso.

Además queremos destacar nuestro trabajo en equipo y compañerismo en este transcurso de nuestra investigación que significó finalizar este proyecto, con una buena experiencia, en el cual está reflejó nuestro esfuerzo y dedicación.

Muchas Gracias a todos los que fueron parte de este proceso.

## **Abstract**

Keeping in mind that stress is a normal adaptive phenomenon, that human beings show in the moment they face different demands that involves some extra efforts. We must consider that "human being" wants to adapt continuously in the course of changes, because of looking for a balance between their own organism and the environment, in front of stress full events or situations such as: work overloads, teacher exigencies, clinical practices, among another's.

The purpose of this investigation was found the stress level in in students of different careers in a private university in Concepcion, through the academic stress inventory called "SISCO" (Barraza, 2007) that measure three areas; stressfully factors, physical reactions, psychological reactions, carrying on this in a group of 134 students from different sex and ages corresponding on the nursing career and Preschool education, studying different academic years at moment of application.

The methodical strategy used here, envolved the "cuantitative way" with a descriptive and transversal link.

The results obtained show that students from the nurse career, show a greater degree of stress with a severe level, representing this result a minimum difference compared to preschool education career, along with this we can see that female sex predominates in term of gender. Also it was proved that most stress full factors are: having more practice in nursing classes meanwhile in preschool education the final exams predominates he "coping strategy" most used from students is the " successful skill" and the search of information about the situation.

Keywords: level, stress, university students, nursing students, preschool education.

## Resumen

Teniendo en cuenta que el estrés es un fenómeno adaptativo normal que los individuos presentan al enfrentarse a diferentes exigencias y demandas, debemos considerar que el ser humano busca adaptarse continuamente a los cambios, buscando lograr un equilibrio entre su organismo y el medio ambiente frente a eventos estresores, tales como: la sobrecarga de trabajos, exigencia de los profesores, prácticas clínicas y otras situaciones.

El propósito de esta investigación fue encontrar el grado de estrés en estudiantes de diferentes carreras académicas en una Universidad privada de Concepción, mediante el inventario de Estrés Académico SISCO (Barraza, 2007), que mide tres áreas; factores estresores, reacciones físicas, reacciones psicológicas, realizando este en una muestra de 134 alumnos de diferente sexo y edad correspondiente a las carreras de Enfermería y Educación Parvularia, cursando diferentes años académicos al momento de aplicación.

La estrategia metodológica utilizada fue de tipo cuantitativo, con un enlace descriptivo y transversal.

Los resultados obtenidos demuestran que los estudiantes de la carrera de Enfermería presentan un mayor grado de estrés con un nivel severo, representando este resultado una mínima diferencia en comparación a la carrera de Educación Parvularia, junto con eso se observa que el sexo femenino predominó en cuanto al género. También quedó demostrado que los factores más estresores son: tener práctica más clases en Enfermería y en Educación Parvularia predominan los exámenes finales. La estrategia de afrontamiento más utilizada por los estudiantes es la habilidad asertiva y la búsqueda de información sobre la situación.

Palabras Claves: Nivel, estrés, universitarios, Estudiante Enfermería, Educación Parvularia.

## Contenido

Introducción	6
I. Presentación del problema	8
I.1 Justificación y Propósito del tema	9
I.2 Pregunta de Investigación.	10
I.3 Objetivos	11
I.3.1 Objetivo General:	11
I.3.2 Objetivos Específicos:	11
II. Marco Conceptual	12
III. Marco teórico	15
IV. Marco Empírico	19
V. Variables de Estudio	23
VI. Metodología de Investigación	24
VII. Resultados	31
VIII. Discusión	53
IX. Conclusión	55
Referencias bibliográficas	57
Anexos	62
Anexo 1: Requisitos éticos de la Investigación Científica	63
Anexo 2: Consentimiento Informado para Participantes de la investigación	65
Anexo 3: Definición de Variables	66
Anexo 4: Instrumentos Recolector de Datos	69
Anexo 5: Cartas a Directores	73

## Introducción

El estrés es un fenómeno adaptativo normal que los individuos tienen al enfrentarse a diferentes exigencias y demandas, ya que el ser humano busca adaptarse continuamente a los cambios, buscando lograr un equilibrio entre su organismo y el medio ambiente. (Mainieri, 2008)

En particular, podríamos definir el estrés académico como aquel que surge en el ámbito educativo, es una reacción que afecta a los estudiantes y está relacionada con diversos requerimientos tales como: exámenes, informes, presentaciones, etc. Esta reacción los activa y los moviliza para responder con eficacia y conseguir sus metas y objetivos, sin embargo, en ocasiones, el tener demasiadas exigencias al mismo tiempo, puede agudizar la respuesta y disminuir el rendimiento académico. (Osorio, 2016)

El estrés académico puede tener un manejo distinto según el estudiante considerando la premisa de que “lo que es considerado estresante para unos, no lo es para otros”, este hecho origina que los estudiantes en un intento de adaptarse a estas situaciones utilizan una serie de estrategias de afrontamiento psicosociales para superar las exigencias que se les demanda, buscando alivio de su estado tensional. Sin embargo, gran parte de los estudiantes universitarios carecen de estrategias o adopten estrategias inadecuadas. (López & López 2011). Al resultar estas estrategias insuficientes, pueden condicionar la aparición de trastornos somáticos, mentales o desadaptación social.

Diversos autores (Looker, 1998); (Labrador, 1992); (Romero, 2009) refieren que los efectos a corto plazo del estrés académico podrían agruparse en físicos, psicológicos y conductuales.

En los efectos físicos se han señalado el agotamiento físico como falta de energía, fatiga, sensación de no descansar bien y trastornos del sueño como sueño inquieto, insomnio o despertar sobresaltado.

Dentro de los efectos psicológicos, se describen, emociones negativas como ansiedad, cambios bruscos del estado emocional, enfado, irritabilidad, hostilidad; y pensamientos negativos sobre uno mismo como sentimiento y creencias de fracaso, sentimiento de inutilidad o pensamientos obsesivos.

Dentro de los efectos conductuales se hace referencia de ciertos hábitos nocivos para la salud como el consumo de tabaco, ingesta de alcohol y de bebidas estimulantes y alteraciones de la alimentación.

## **I. Presentación del problema**

El término Estrés fue agregado por primera vez por el fisiólogo canadiense Hans Selye (Selye, 1956), el cual definió el estrés como la respuesta general del organismo a un estresor o situación estresante; utilizó el término estrés para describir los distintos cambios inespecíficos del organismo en resultado de una situación estresante. Desde ahí se ha utilizado el término estrés como el mecanismo del organismo para adaptarse a los cambios, influencias y exigencias de las situaciones a las que está expuesto. (Meyer, Ramírez, & Pérez, 2013)

El estrés puede afectar el área psicológica de los estudiantes, luego de un tiempo prolongado puede afectar también, el área cognitiva, biológica y social, generando mayores consultas por morbilidades asociadas al estrés como: ansiedad, úlcera por estrés, dispepsia, problemas gastrointestinales, etc. Todas estas patologías pueden disminuir tratando el nivel de estrés ya que tienen una marcada relación con estos factores causales. Por lo que, estos aspectos deben considerarse dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje en la Universidad y cuidar la salud de los estudiantes.

Actualmente existe un interés creciente sobre el estrés en estudiantes de pregrado, pero aún, no hay mayor conocimiento sobre cómo afecta la carga académica en diferentes áreas.

Los estudiantes que cursan carreras universitarias están frecuentemente sometidos a situaciones estresantes por lo que se hace necesario cuantificar el nivel de estrés al que están sometidos y conocer las estrategias que utilizan para afrontar estas situaciones.



## **I.1 Justificación y Propósito del tema**

Actualmente al ingresar a una institución educacional, las exigencias a las que se someten los estudiantes generan un cierto nivel de estrés académico. Durante instancias de mayor exigencia y concentración como lo son las clases, exámenes y otras actividades académicas, los estudiantes se ven sometidos a diferentes situaciones estresantes, las que afectan su rendimiento físico y mental. El mal manejo frente a las demandas del ambiente durante el proceso de formación profesional puede llevar a fracasos académicos y ser desencadenante de múltiples enfermedades, las cuales podrían ser evitadas con un buen uso de estrategias de afrontamiento.

En Chile, falta información en relación al estrés que manifiestan los estudiantes universitarios, por lo que este estudio pretende ampliar el conocimiento respecto a factores sociodemográficos y académicos relacionados con el nivel de estrés en estudiantes de distintas carreras de una universidad, como también los recursos de afrontamiento que estos utilizan. Para así determinar qué habilidades pueden ser potenciadas, contribuyendo a mejorar la salud y el autocuidado de cada estudiante.

A través de esta investigación se identificarán las diferentes reacciones tanto físicas, psicológicas y conductuales que presentan los estudiantes de distintas carreras de una universidad privada ante las distintas situaciones de estrés del día a día. Al conocer las técnicas de afrontamiento de los estudiantes frente a factores estresores permitirá conocer y apoyar al estudiante en las estrategias implementadas en la resolución de sus problemas y respuestas afectivas, emocionales, familiares o sociales que obstaculizan su aprendizaje.

Es primordial conocer los factores generadores de estrés en los estudiantes , relacionadas con el rol que desempeñan durante su periodo académico, para determinar que habilidades potenciar y así contribuir a la salud de los futuros profesionales; implementando estrategias de afrontamiento positivo, como por ejemplo, estilos de afrontamientos activos (centrados en la solución del problema) o pasivos (centrados en el control de la emoción), que faciliten el control conductual y emocional provocando una adaptación, con el fin de disminuir las cargas físicas y contribuir a un bienestar de la salud mental de cada estudiante.

## **I.2 Pregunta de Investigación.**

De lo anteriormente expuesto, surge la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuál es el grado de estrés en estudiantes de diferentes carreras académicas en una Universidad privada en Concepción en el año 2017?

## **I.3 Objetivos**

### **I.3.1 Objetivo General:**

Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes universitarios de diferentes carreras en una Universidad privada de Concepción.

### **I.3.2 Objetivos Específicos:**

1. Conocer las características sociodemográficas, factores académicos y el estrés académico en estudiantes.
2. Determinar diferencias en los niveles de estrés en las diferentes carreras.
3. Determinar los recursos de afrontamiento psicosociales para el manejo del estrés académico que emplean los estudiantes, según Inventario SISCO.
4. Determinar los factores que generan el estrés en estudiantes, según Inventario SISCO.

## **II. Marco Conceptual**

El término estrés fue acuñado por Hans Selye, quien descubrió los estímulos que podrían provocar esta condición. Selye, utiliza el término estrés para describir la suma de cambios inespecíficos del organismo en respuesta a un estímulo o situación estimulante. El término se ha utilizado con múltiples significados y ha servido tanto para designar una respuesta del organismo, como para señalar los efectos producidos ante repetidas exposiciones a situaciones estresantes.

Desde que se introdujo el concepto “estrés” en el ámbito de la salud en 1926 se ha convertido en uno de los términos más utilizados tanto entre los profesionales del área de la salud así también como en el lenguaje coloquial del hombre en la calle.

El vocablo estrés además del significado otorgado por Selye también se ha utilizado con otros significados. Así, se ha aplicado para asignar las respuestas del organismo, las situaciones que lo desencadenan y así también los efectos provocados.

Se ha atribuido al estrés un gran número de trastornos físicos, psicológicos y fisiológicos.

Pero no todo es tan negativo porque el estrés en sí mismo no es nocivo, se trata de una reacción adaptativa que pone a disposición del organismo una importante cantidad de recursos excepcionales. Es más, las mejores realizaciones del ser humano, y los momentos más apasionantes de la vida, se producen en esas condiciones en la que existen ciertas demandas o las que la persona responde de modo intenso, pero cuando esa respuesta de estrés es excesivamente frecuente, intensa o duradera pueden aparecer consecuencias negativas: el organismo no es capaz de mantener un ritmo constante.

### **Estrés**

Puede generar tensión física o emocional y provenir de cualquier situación o

pensamiento que lo haga sentir a uno frustrado, furioso o nervioso. El estrés puede ser positivo, como para evitar el peligro o cumplir con una fecha límite. Pero cuando es persistente en el tiempo puede dañar la salud. Esto lo relacionamos a dos tipos de estrés existentes: (Rodríguez, 2014)

- Estrés agudo: es a corto plazo que desaparece rápidamente. La persona lo puede sentir cuando presiona los frenos, pelea con su pareja o esquía en una pendiente. Ayuda a controlar situaciones peligrosas. También ocurre cuando se hace algo nuevo o emocionante. Todas las personas sienten estrés agudo en algún momento u otro. (Rodríguez, 2014)

- Estrés crónico: se da en período de tiempo prolongado. La persona puede tener estrés crónico si tiene problemas de dinero, un matrimonio infeliz o problemas en el trabajo. Cualquier tipo de estrés que continúa por semanas o meses es estrés crónico. Si no encuentra maneras de controlar el estrés, este podría causar problemas de salud como: presión arterial alta, Insuficiencia cardíaca, diabetes, obesidad, depresión/ansiedad. También signos más graves como: mala memoria, diarrea/estreñimiento, dolores de cabeza, entre otras. (Rodríguez, 2014)

### **Estrés académico**

Es la reacción normal de un estudiante al enfrentarse a las diversas situaciones de exigencias y demandas de la Universidad, tales como pruebas, exámenes, trabajos, presentaciones, etc. Esta reacción motiva al estudiante para poder tener más eficacia y conseguir metas y objetivos en el ámbito académico. Sin embargo, al tener situaciones de estrés y tener demasiadas exigencias al mismo tiempo, puede agudizar la respuesta y disminuir el rendimiento académico del estudiante

“Es el proceso de cambio en los componentes del proceso de enseñanza y aprendizaje, a través de un conjunto de mecanismos adaptativos individuales e institucionales, producto de la demanda desbordante y exigida en las experiencias de enseñanza y aprendizaje que se desarrollan en las instituciones de educación superior, con el propósito de mantener el estado estacionario (estado dinámico del sistema donde se producen entradas y salidas sin modificar de manera considerable las características y propiedades de este) en el proceso educativo.” (Román & Hernández, 2011)

Ante el estrés académico, los estudiantes deben ser capaces de afrontar cada vez más las exigencias y retos de una institución, que les demanda recursos físicos y psicológicos para enfrentar la problemática. (Águila, Castillo, Monteagudo de la Guardia, & Achon, 2015).

Orlandini argumenta que “desde los grados preescolares hasta la educación universitaria de postgrado, cuando una persona está en un período de aprendizaje experimenta tensión. A esta se le denomina estrés académico y ocurre tanto en el estudio individual como en el aula.” (Águila, Castillo, Monteagudo de la Guardia, & Achon, 2015).

El estrés académico describe aquellos procesos cognitivos y afectivos que el estudiante percibe del impacto de los estresores académicos. Es decir, el estudiante evalúa diversos aspectos del ambiente académico y los clasifica como amenazantes, como retos o demandas a los que puede responder eficazmente o no; estas apreciaciones se relacionan con emociones anticipatorias como: preocupación, ansiedad, confianza, ira, tristeza, satisfacción, alivio, etc. (Águila, Castillo, Monteagudo de la Guardia, & Achon, 2015)

### III. Marco teórico

La investigación científica que se presentara a continuación estará basada bajo dos importantes teorías, estas son: Síndrome de adaptación general, desarrollado por Hans Selye y el Modelo de adaptación de Callista Roy. Las que explicaremos a continuación.

Síndrome de adaptación general (GAS), Hans Selye

Su teoría es acerca de la influencia del estrés en las personas sobre la capacidad para enfrentar o adaptarse a las consecuencias de lesiones o enfermedades cualquier estímulo puede ser estresor siempre que provoque en el organismo la respuesta inespecífica de necesidad de reajuste o estrés".

Esta se basa en la respuesta del organismo ante una situación de estrés ambiental distribuida en tres fases o etapas:

- Fase de alarma: Ante diferentes estímulos del entorno, el organismo empieza a desarrollar una serie de alteraciones fisiológicas y psicológico, como: ansiedad, inquietud, entre otras. Que los predisponen a enfrentar las situaciones de diferentes maneras.
- Fase de resistencia: corresponde a la fase de adaptación a la situación estresante. Durante esta fase se desarrollan procesos fisiológicos, cognitivos, emocionales y comportamentales para conllevar la situación de estrés de la manera menos lesiva para la persona. La persona se puede adaptar, pero no está exenta de sufrir una disminución en su rendimiento académico y tener menor tolerancia a la frustración.
- Fase de agotamiento: cuando no se logra la adaptación se entra en la fase de agotamiento donde los trastornos fisiológicos, psicológicos o psicosociales tienden a ser crónicos o irreversibles.

“El Síndrome de adaptación general es la suma de todas las reacciones sistémicas del cuerpo no específicas las cuales siguen después una larga y continua exposición al estrés” (Román & Hernández, 2011).

### **Modelo de Adaptación, Callista Roy**

Su modelo “señala que las respuestas adaptativas son respuestas que favorecen la integridad de la persona en términos de metas de supervivencia, crecimiento, reproducción y dominio” (Marriner Tomey A., 2012). Su modelo nos enseña la función de la enfermera y su intervención para ayudar a afrontar situaciones de estrés que se presenten en la vida diaria.

Roy, observó la capacidad de adaptarse a cambios físicos y psicológicos ante estímulos internos o externos a los que se enfrenta el ser humano. Las experiencias de la vida diaria nos enseñan a afrontar las diferentes situaciones de estrés.

- Modo fisiológico de adaptación: se basa en las conductas y reacciones fisiológicas observadas en la persona con estrés. Como enfermeras se le puede enseñar a la persona a reconocer una situación de estrés, encontrando en ella aumento de la respiración, de la frecuencia cardíaca, sudoración, elevación de la tensión arterial, entre otras. Se puede enseñar técnicas de relajación y de respiración profunda.
- Modo de adaptación del auto concepto de grupo: se basa en aspectos psicológicos, espirituales y de la autoestima. Debemos reconocer como se ve la persona en un grupo y si es capaz de afrontar la situación de estrés. La enfermera puede ayudar a reconocer sus propios recursos de afrontamiento y centrarse en fortalecer estos.
- Modo de adaptación de desempeño de rol: se basa en la adaptación social



y su rol en la sociedad. Que la persona sea capaz de expresar lo que piensa de su situación, lo que siente, gustos, manías y los factores que influyen en su rol. La enfermera puede ayudar a encontrar un rol esencial.

- Modo de adaptación de la interdependencia: las personas cuando se están adaptando a situaciones complejas buscan ayuda, apoyo y amor en los otros.

“En el modelo de Roy, el papel de la enfermera es esencial para reducir el estrés sin descuidar otros tratamientos más específicos los cuales contribuirán a alcanzar el objetivo principal que va dirigido principalmente al concepto de adaptación de la persona y su entorno” (Bonfill, Leixa, Sáez, & Romanguera, 2010)

### **Relación entre Modelo de Hans Selye, Modelo de Callista Roy e inventario SISCO**

Modelo de Hans Selye “Síndrome General de Adaptación”, Modelo de Callista Roy “Teoría de Afrontamiento”, se relacionan entre sí, en que ambos modelos miden las respuestas fisiológicas del ser humano frente a procesos biológicos, físicos y psicológicos, ante situaciones estresantes y como se adaptan estas. Para la medición de estos estímulos estresores, utilizaremos la escala de medición SISCO, que consiste en evaluar las diferentes aptitudes que tiene el ser humano cuando enfrenta a situaciones de estrés.

#### **Instrumentos:**

##### **1.- Cuestionario Sociodemográfico:**

En este cuestionario abordaremos los diversos aspectos generales de la sociedad universitaria actual que nos permite obtener un espectro amplio que da cuenta de

demografía actual de nuestro estudiantado para así organizar los datos y graficar sus resultados para orientarnos a los perfiles a desarrollar en cada uno de los estudiantes de las diferentes carreras.

## 2.- Instrumento SISCO:

Instrumento es elaborado por Arturo Barraza Macías, asesor del área del postgrado y coordinador y catedrático del programa de investigación de la Universidad Pedagógica de Durango, elaborado en el 2007. Es un modelo utilizado para estudiar el estrés académico el objetivo de este inventario es reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes durante sus estudios este instrumentos está relacionado directamente con la teoría de callista Roy la cual refiere modelo nos enseña la función de la enfermera y su intervención para ayudar a afrontar situaciones de estrés que se presenten en la vida diaria.

Roy, observó la capacidad de adaptarse a cambios físicos y psicológicos ante estímulos internos o externos a los que se enfrenta el ser humano. Las experiencias de la vida diaria nos enseñan a afrontar las diferentes situaciones de estrés.

#### **IV. Marco Empírico**

En relación al tema de investigación “Estrés en estudiantes de diferentes áreas académicas en una Universidad Privada, Concepción 2017”, se citan las siguientes investigaciones relacionadas:

Martin, I (2007); “Estrés académico en estudiantes universitarios”.

Se estudió la relación entre el nivel de estrés y los exámenes en los estudiantes universitarios, además de analizar la influencia de determinados indicadores de salud. En este estudio han participado 40 estudiantes de 4º curso de las licenciaturas de Psicología, Ciencias Económicas, Filología Inglesa y Filología Hispánica. La medida de la evaluación general de los distintos grupos de estudiantes consistió en la Escala de Apreciación del Estrés (EAE-G) (Fernández Seara, 1992). Esta escala tiene como objetivo principal observar la incidencia de los distintos acontecimientos estresantes que han tenido lugar a lo largo del ciclo vital de cada sujeto, distinguiendo cuatro temáticas a valorar: salud, relaciones humanas, estilo de vida y asuntos laborales y económicos. Fueron evaluados a lo largo de dos momentos temporales que difieren en la proximidad a la fecha de los exámenes: período sin exámenes (marzo) y período con exámenes (junio). En general, los resultados muestran un aumento en el nivel de estrés de los universitarios durante el período de exámenes. Se observaron diferencias significativas en el nivel de estrés alcanzado por los estudiantes de Psicología respecto al de Filología Hispánica durante los dos períodos analizados. Asimismo se han hallado efectos sobre la salud (ansiedad, consumo de tabaco, cafeína o fármacos, alteraciones en el sueño y en la ingesta de alimentos...) y sobre el autoconcepto académico de los estudiantes durante el período de presencia del estresor.

Muñoz, F & León, J (1990); “Exámenes universitarios y salud: Un estudio psicosocial sobre el estrés académico”. El propósito es explorar la relación entre los exámenes universitarios y el estado de salud en general en estudiantes de física de Universidad de Sevilla en tres periodos distintos; abril antes de los exámenes, junio en pleno periodo de exámenes y finalmente en julio y agosto en periodo de vacaciones. Para la obtención de información se confeccionó un cuestionario de datos personales. Igualmente se construyó un cuestionario de situaciones cotidianas de estrés, que recoge los seis tipos de estresores ambientales más frecuente. Por último se evaluó el estado de salud general mediante el cuestionario de Golberg Como resultado se encontraron un máximo nivel de estrés en el periodo de exámenes y mínimo en el periodo de vacaciones.

(Pulido,M et al.2011); “Estrés académico en estudiantes universitarios”. Los objetivos de este trabajo fueron identificar el perfil de los estudiantes de una universidad con mayores niveles de estrés académico y determinar las propiedades psicométricas del instrumento denominado SEEU (sobre estrés en estudiantes universitarios), para lo cual se aplicó a una muestra aleatoria de 504 estudiantes de todas las licenciaturas que se imparten en la institución. En general, los resultados mostraron que el instrumento posee consistencia interna, confiabilidad y validez de constructo adecuados. Adicionalmente, se observó que los estudiantes de Sistemas, Traducción, Diseño Gráfico y Arquitectura son los que manifiestan los niveles más elevados de estrés. Tales niveles son igualmente altos en los estudiantes de los primeros y últimos semestres, en las mujeres y entre quienes no viven con su familia de origen.

Rodríguez, Durán, & Fernández (2007); “Situaciones de las prácticas clínicas que provocan estrés en los estudiantes de enfermería”. El objetivo general del estudio es medir los factores que causan el estrés en estudiantes durante la realización de

prácticas clínicas. Para medir la percepción del estrés se utilizó el cuestionario KEZKAK, que mide estresores de las prácticas clínicas en estudiantes de enfermería. Los resultados demostraron que los alumnos que cursan primer, segundo y tercer año de la carrera de enfermería presentaron mayor índice de estrés relacionado a la falta de competencia, como también expresaron el dañarse a sí mismos como también perjudicar al paciente, esto conlleva a que se presente un alto nivel de estrés ante esas situaciones.

Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría, (2015) “Estrés académico en estudiantes de la Universidad de Los Lagos Osorno”. La presente investigación pretende identificar la prevalencia de estrés en estudiantes de la Universidad de Los Lagos, Osorno. La muestra estuvo compuesta por 314 alumnos de las carreras de Enfermería, Fonoaudiología, Kinesiología y Nutrición, a los que se les aplicó el inventario SISCO del estrés académico que mide nivel de estrés, factores estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Como resultado un 98% de los estudiantes han presentado estrés académico, señalando estar más estresadas las mujeres (96,24%) que los hombres (88,57%). Los estresores más mencionados por los alumnos fueron las evaluaciones de los profesores (95,6%) y la sobrecarga de tareas y trabajos (92,3%). Existiendo diferencia significativa entre las carreras en las evaluaciones de los profesores (Sig. 0,009). Con respecto a los síntomas la mayoría de los encuestados señalan haber tenido somnolencia (86,3%) y problemas de concentración (77,4%), presentando diferencia por carreras en fatiga crónica (0,002) y problemas de digestión (0,006) y en cuanto al género existe diferencia en varios de los síntomas que son presentados mayormente en las mujeres. Como conclusión obtuvieron una alta prevalencia de estrés en los estudiantes del área de la salud, indicando un mayor estrés el género femenino existiendo diferencia por carreras en las evaluaciones de los profesores, fatiga crónica y dolores abdominales, siendo la carrera de Kinesiología la que

presenta menor nivel de estrés en cada una de ellas.

Becerra, R & Caballero, E (2008) “Estrés frente a evaluación de competencias clínicas en base a Objective Structured Clinical Examination (OSCE)”. El objetivo es conocer la relación entre la presencia de estrés y los resultados de la evaluación mediante OSCE. Tuvo un universo y muestra de 35 estudiantes de la asignatura “Proceso de Enfermería II”, año 2005, mediante método OSCE, con 17 estaciones. Se midió con pauta de evaluación del estrés la signología del estrés estandarizada (Likert) en taxonomía de Clasificación de los Resultados Esperados de Enfermería (NOC). Como resultado se obtuvo que un 55% de las evaluaciones de las estaciones los estudiantes evidenciaron uno o más signos de estrés, observándose signos como alteración color (pálido o rubicundo) 35,7%, temblor de manos 26,5%, desconcentración 23,1%, sudor de manos 5,1% y llanto 1,6%. Se evidenció correlación significativa débil, aceptándose la hipótesis de que a mayor nivel de estrés menor rendimiento académico en evaluación del OSCE pre clínica. Como conclusión en el estudio se obtuvo que los estudiantes tienen buen rendimiento en el examen de OSCE, siendo las estaciones más estresantes las relacionadas con procedimientos invasivos y/o complejos. Los datos permitieron aceptar la hipótesis de que a mayor nivel de estrés menor rendimiento académico en evaluación del OSCE pre clínica.

## **V. Variables de Estudio**

### **V.1 Variable Dependiente**

- Estrés (Inventario SISCO de estrés académico).

### **V.2 Variables Independientes**

#### **V.2.1 Bio Sociodemográfico:**

- Edad
- Sexo
- Estado civil
- Número de hijos
- Religión
- Ciudad de procedencia:
- Situación laboral
- Año actual cursado

#### **V.2.2 Inventario SISCO de estrés académico:**

Estas variables serán medidas a través del Inventario SISCO de Estrés Académico, las cuales son definidas en Anexo 3.

- Reacciones físicas
- Reacciones psicológicas
- Reacciones comportamentales

## **VI. Metodología de Investigación**

### **1) Diseño de investigación**

Diseño cuantitativo de tipo descriptivo, transversal.

El estudio es descriptivo retrospectivo individual porque es un estudio observacional en el cual no se manipulara el factor de estudio, es decir que se observará lo que ocurre en su distribución, frecuencia y magnitud en una condición natural.

El estudio es transversal porque se analizará el fenómeno en un momento específico del tiempo.

### **2) Población**

El universo o población corresponde a Estudiantes de 2 carreras que representan diferentes áreas del quehacer académico: área de salud y educación de una Universidad Privada, en la ciudad de Concepción. La elección de una población de 2 áreas académicas distintas se sustenta en que existe un elevado nivel de estrés en estudiantes en el área de salud (Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría, (2015)y también en otras carreras universitarias (Pulido 2011), pero no se comparan de manera transversal las distintas áreas.

### **3) Unidad de Análisis**

Estudiantes de Enfermería y Educación Parvularia de una Universidad privada, Concepción.

### **4) Muestra**

La muestra será de tipo probabilística, ya que, considera una población heterogénea que se divide en subconjuntos del cual se seleccionara una muestra al azar simple que se asemeja a la población. En total en la carrera de Educación



Parvularia de 1° a 3° son 75 alumnos y de la carrera de Enfermería en total de 1° a 3° son 276 alumnos (considerando los alumnos de los ramos más potentes del área de salud).

$$n = \frac{N \cdot Z_{\alpha}^2 \cdot p \cdot q}{d^2 \cdot (N - 1) + Z_{\alpha}^2 \cdot p \cdot q}$$

Dónde:

N: Total de la población.

$Z_{\alpha}^2$  : 1.96<sup>2</sup> (si la seguridad es del 95%)

p: proporción esperada (en este caso 5%=0.05)

q: 1-p (en este caso 1-0.05=0.95)

d: precisión (en este caso deseamos un 3%)

	Alumnos Ed. Parvularia	Alumnos Enfermería
1° año	30	112
2° año	20	83
3° año	25	81
<b>TOTAL (N)</b>	<b>75</b>	<b>276</b>

Muestra carrera Educación Parvularia:

$$n_{(parv)} = \frac{75 \cdot (1,96)^2 \cdot 0,05 \cdot 0,95}{(0,03)^2 \cdot (75-1) + (1,96)^2 \cdot 0,05 \cdot 0,95} = 54,9 \approx 55$$

Muestra carrera Enfermería:

$$n_{(enf)} = \frac{276 \cdot (1,96)^2 \cdot 0,05 \cdot 0,95}{(0,03)^2 \cdot (276-1) + (1,96)^2 \cdot 0,05 \cdot 0,95} = 117,3 \approx 118$$

### **5) Procedimiento de Recolección de datos**

Se gestionará una reunión con los jefes de las diferentes carreras para solicitar su autorización y se les pedirá la lista de los alumnos para seleccionar un curso al azar y de esta, seleccionar 55 estudiantes de Educación Parvularia y 118 estudiantes de Enfermería. Se solicitará la autorización a los profesores que se encuentren en la clase según horario y disponibilidad para poder aplicar los instrumentos. Luego se les informará a los alumnos que se realizó una selección al azar y se pedirá su colaboración para realizar al término de la hora de clases un instrumento auto aplicable, si alguno de ellos no se encuentra en el lugar o se niega a participar, se mantendrá otra lista de reserva para reemplazar a cada uno. Cuando ellos confirmen su participación, se esperará el término de la clase para llevar a cabo la recolección de los datos.

### **6) Criterios de inclusión y exclusión**

Los criterios de inclusión y exclusión que utilizara en la investigación, será los siguientes:

Criterios de inclusión:

Se considerará:

- Estudiantes de la Universidad privada y de las siguientes carreras: Enfermería y Educación Parvulario.

Criterios de exclusión:

Se descarta a los estudiantes que:

- Los que se nieguen a participar de la investigación.
- Aquellos que cursen su último año de carrera correspondiente a su internado.

## **7) Aspectos éticos de la investigación**

El proyecto se someterá a revisión y se solicitará autorización para realizar el estudio de nuestra investigación y así ante el comité de ética del establecimiento para que sea revisado y evaluado para obtener su aprobación y poder así aplicarlo a los estudiantes.

Se considerarán los siete requisitos éticos (Anexo 1), considerando primeramente la autonomía, donde ellos voluntariamente decidirán si participan o no en la investigación, a través del consentimiento informado (Anexo 2), les explicaremos que se mantendrá de manera confidencial la información entregada.

## **8) Procedimiento recolección de los datos**

Para la recolección de datos se elaborará un plan de procedimientos que conlleva a reunir estos, que ayuden a reconocer cuales son los factores que generan estrés en estudiantes de las diferentes carreras anteriormente seleccionadas. Los cursos seleccionados tendrán que cumplir con los criterios de inclusión y exclusión mencionados anteriormente.

Los instrumentos que se utilizaran en la recolección de los datos contempla:

- a) Datos sociodemográficos y académicos.
- b) Inventario SISCO del Estrés académico de Arturo Barraza Macias.

## **9) Descripción del instrumento recolector de datos**

Inventario SISCO del estrés académico de Arturo Barraza Macias (Barraza, 2007)

Es un modelo utilizado para estudiar el estrés académico el objetivo de este inventario es reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes durante sus estudios. Este inventario es auto administrado de manera individual, su resolución no implica más de diez minutos, donde se aplicará en horario de clases.

El inventario SISCO está compuesto por 31 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- Un ítem de filtro, que en términos dicotómicos (si-no) permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario. Las investigadoras en este ítems considerarán a todos los estudiantes sin excepción de “respuesta sí o no” para evaluar el porcentaje de aquellos que presenten estrés el último tiempo y aquellos que sean capaces de afrontar las diferentes situaciones de la vida.
- Un ítem que, en un escalamiento tipo likert de cinco valores numéricos (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco es mucho) permite identificar en nivel de intensidad de estrés académico.
- Ocho ítems que, en un escalamiento de tipo likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre, siempre) permiten identificar la frecuencia en que las demandas de entorno son valoradas como estímulos estresores.
- Quince ítems que, en un escalamiento de tipo likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre, siempre) permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.
- Seis ítems que, en un escalamiento de tipo likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre, siempre) permiten identificar la frecuencia de uso de la estrategias de afrontamientos.

- El estrés académico como variable general o teórica
  - Porcentaje de alumnos que presentan estrés académico (pregunta número doce)
  - Nivel de intensidad del estrés académico (pregunta número trece)
  - Frecuencia del estrés académico
  
- Dimensiones, variables intermedias o componentes del estrés académico
  - Frecuencia con que las demandas del entorno son valoradas como estresores.
  - Frecuencia con que se presentan los síntomas.
  - Frecuencia de uso de estrategias de afrontamiento.
  
- Indicadores o variables empíricas del estrés académico.
  - Frecuencia con que cada una de las demandas del entorno que explora el inventario son valoradas como estresores (índice simple obtenido de la media en el ítem/estresor respectivo)
  - Frecuencia con que se presenta cada uno de los síntomas que explora el inventario (índice simple obtenido de la media en el ítem/síntoma respectivo)
  - Frecuencia con que se usa cada una de las estrategia de afrontamiento que explora el inventario(índice simple obtenido de la media en el ítem/estrategia de afrontamiento respectivo)

Todos aquellos alumnos que respondan “No” al primer ítem del Cuestionario SISCO, no serán considerados para el posterior análisis.

Respecto a los demás resultados del Cuestionario SISCO, serán expresados en porcentajes, para facilitar su interpretación: De manera particular en la interpretación de los resultados se utilizan tres baremos:

- Pregunta 1 del Inventario SISCO, correspondiente al porcentaje de alumnos de la carrera que contestaron “Sí”

PUNTAJE PORCENTUAL	NIVEL
0-33	Leve
34-66	Moderado
67-100	Severo

- Pregunta 2 del inventario SISCO, correspondiente al nivel de intensidad de preocupación o nerviosismo.

Rango	Categoría
0-0,9	Bajo
1-1,9	Medianamente bajo
2-2,9	Medio
3-3,9	Medianamente alto
4-5	Alto

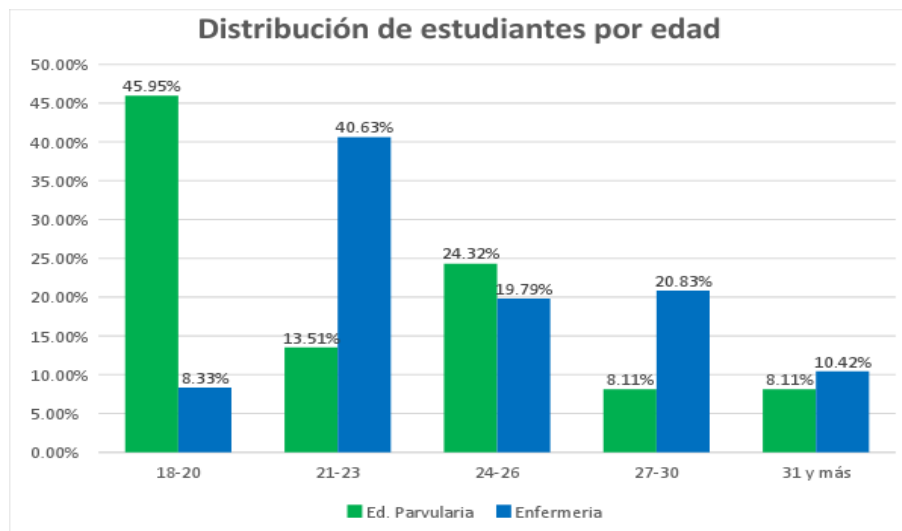
- Resto de preguntas corresponde a la frecuencia de ocurrencia de los distintos eventos.

Rango	Categoría
0-0,9	Nunca
1-1,9	Rara vez
2-2,9	Algunas veces
3-3,9	Casi siempre
4-5	Siempre

## VII. Resultados

### 1. Datos Sociodemográficos:

#### Gráficos 1: Edad



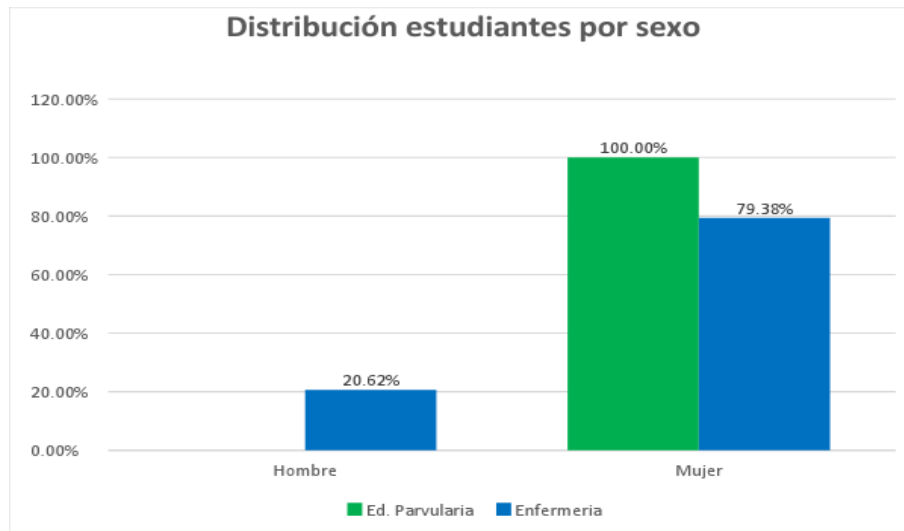
Fuente: Estrés en estudiantes de diferentes áreas académicas en una Universidad Privada, Concepción 2017.

Edad	Ed. Parvularia	Enfermería
18-20	45.95%	8.33%
21-23	13.51%	40.63%
24-26	24.32%	19.79%
27-30	8.11%	20.83%
31 y más	8.11%	10.42%

La edad que predomina en los estudiantes:

- Educación Parvularia de 18- 20 años, representado por un 45,95%.
- Enfermería de 21- 23, representado por un 40,63%.

## Gráficos 2: Sexo



Fuente: Idem gráfico 1.

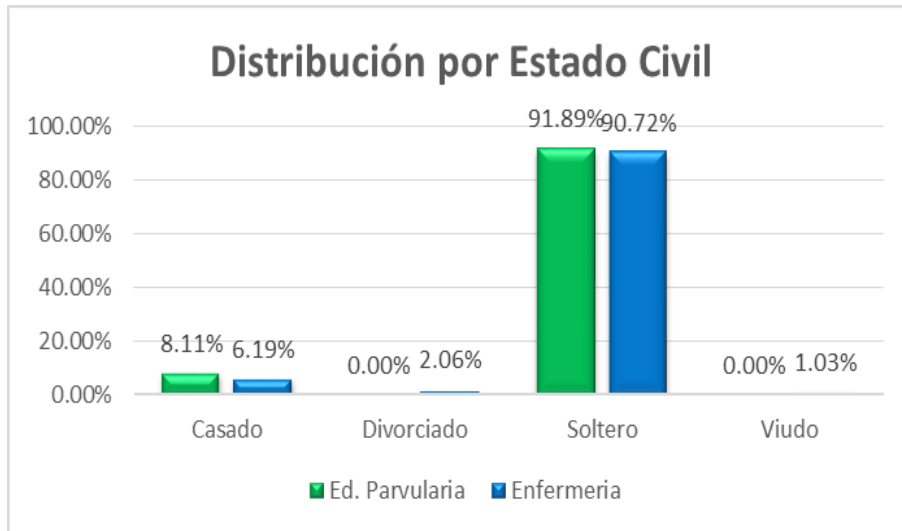
Sexo	Ed. Parvularia	Enfermería
Hombre	0.00%	20.62%
Mujer	100.00%	79.38%

El sexo que predomina en los estudiantes:

- Educación parvularia es el sexo Femenino representado con un 100%.
- Enfermería es el sexo Femenino, representado con un 79,38%.



**Gráfico 3: Estado Civil**



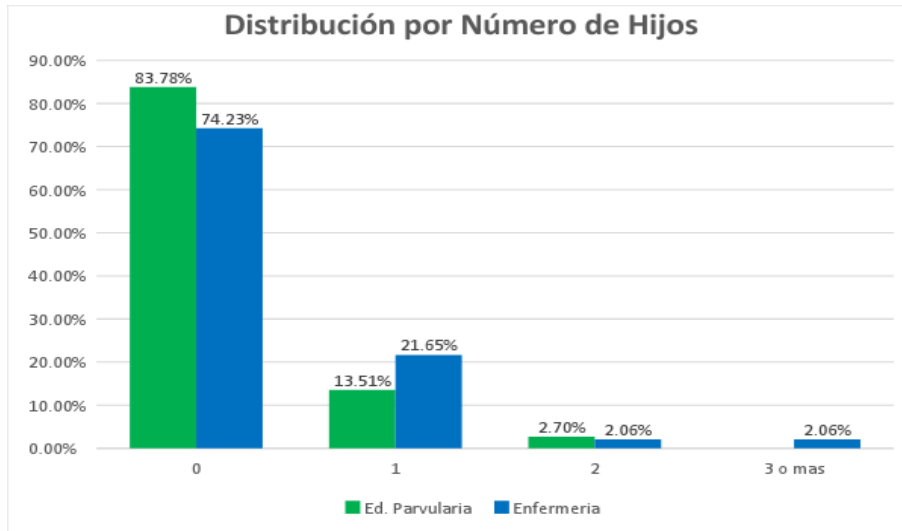
Fuente: Idem gráfico 1.

Estado Civil	Ed. Parvularia	Enfermería
<b>Casado</b>	8.11%	6.19%
<b>Divorciado</b>	0.00%	2.06%
<b>Soltero</b>	91.89%	90.72%
<b>Viudo</b>	0.00%	1.03%

El Estado Civil que predomina en los estudiantes:

- Educación parvularia es Solteros representado por un 91.89%.
- Enfermería es Solteros, representado por un 90.72%.

**Gráfico 4: Número de Hijos**



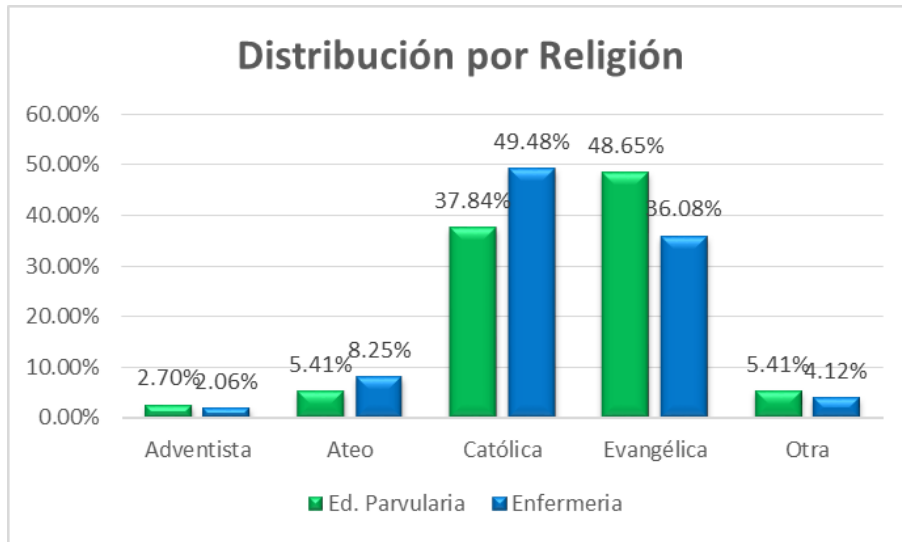
Fuente: Idem gráfico 1.

Número de hijos	Ed. Parvularia	Enfermería
0	83.78%	74.23%
1	13.51%	21.65%
2	2.70%	2.06%
3 o más	0.00%	2.06%

El número de hijos que predomina en los estudiantes:

- Educación Parvularia es de 0 hijos, representado con un 83,78%.
- Enfermería es de 0 hijos, representado con un 74,23%.

## Gráfico 5: Religión



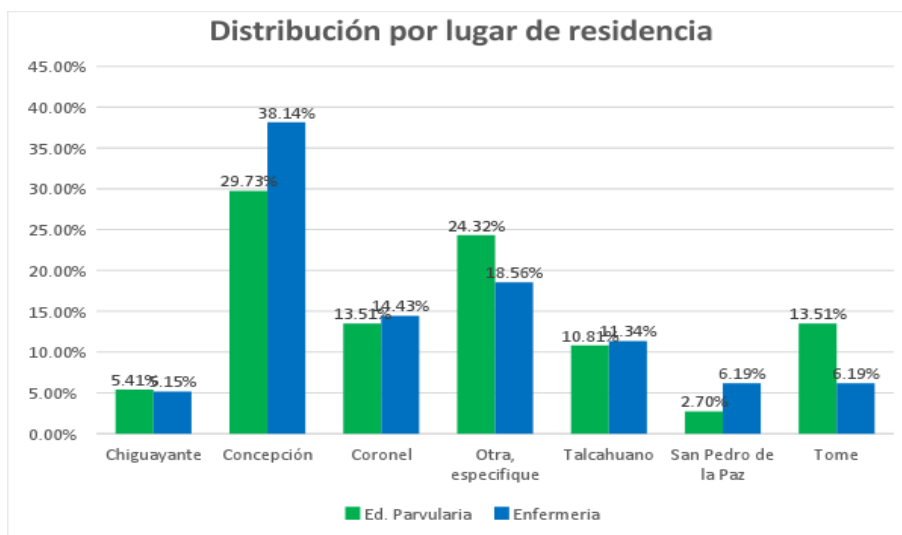
Fuente: Idem gráfico 1.

Religión	Ed. Parvularia	Enfermería
Adventista	2.70%	2.06%
Ateo	5.41%	8.25%
Católica	37.84%	49.48%
Evangélica	48.65%	36.08%
Otra	5.41%	4.12%

La religión que más predomina en los estudiantes:

- Educación Parvularia es la religión evangélica, representado con un 48.65%.
- Enfermería es la religión católica, representado con un 49.48%.

## Gráfico 6: Residencia



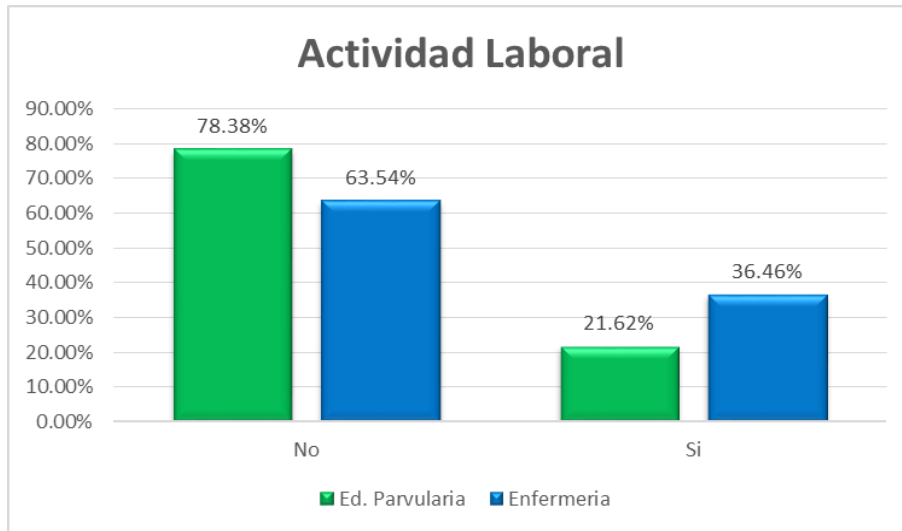
Fuente: Idem gráfico 1.

Residencia	Ed. Parvularia	Enfermería
Chiguayante	5.41%	5.15%
Concepción	29.73%	38.14%
Coronel	13.51%	14.43%
Otra, especifique	24.32%	18.56%
Talcahuano	10.81%	11.34%
San Pedro de la Paz	2.70%	6.19%
Tome	13.51%	6.19%

La mayor parte de los estudiantes residen:

- Educación parvularia residen en Concepción, representado por un 29,73%.
- Enfermería residen en Concepción, representado por un 38,14%.

**Gráfico 7: Actividad Laboral**



Fuente: Idem gráfico 1.

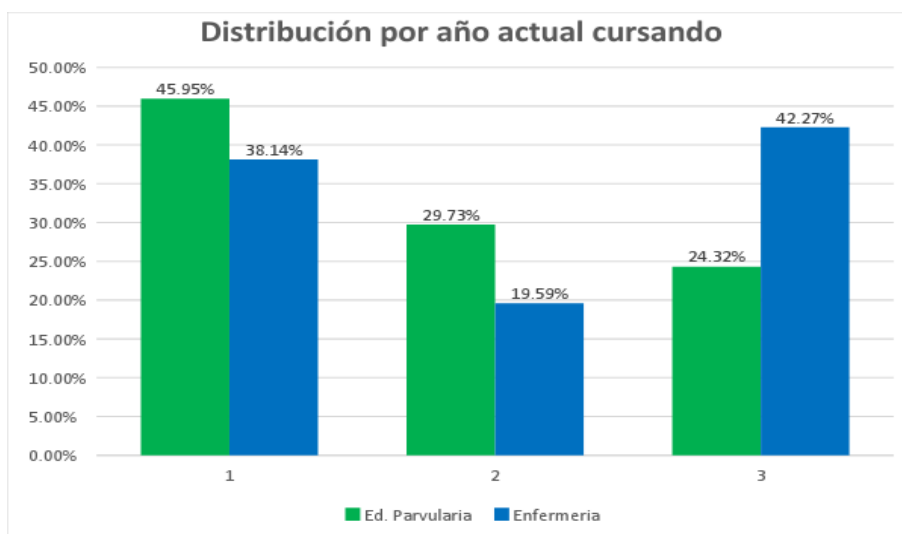
Actividad laboral	Ed. Parvularia	Enfermería
No	78.38%	63.54%
Si	21.62%	36.46%

La mayor parte de los estudiantes en estudio no realiza ningún tipo de actividad laboral

-Educación parvularia, representado con un 78.38%

-Enfermería, representado con un 63.54%

**Gráfico 8: Año actual cursando**



Fuente: Idem gráfico 1.

Año actual cursando	Ed. Parvularia	Enfermería
1	45.95%	38.14%
2	29.73%	19.59%
3	24.32%	42.27%

Años cursando por cada carrera:

-Educación Parvularia:

1° año: 45,95%.

2° año: 29,73%.

3° año: 24,32%.

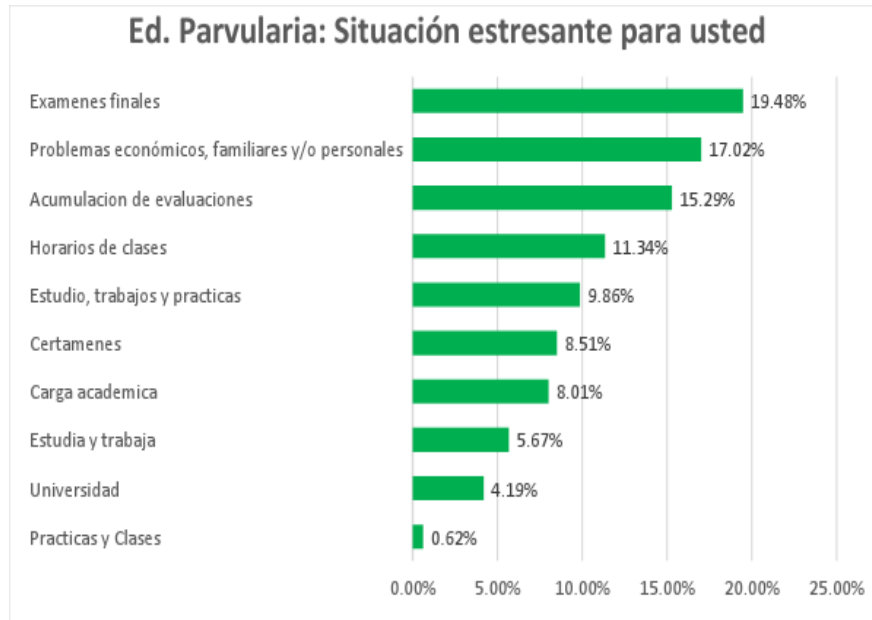
-Enfermería:

1° año: 38,14%.

2° año: 19,59%.

3° año: 42,27%

### Gráficos 9: Situación estresante (1)



Fuente: Idem gráfico 1.

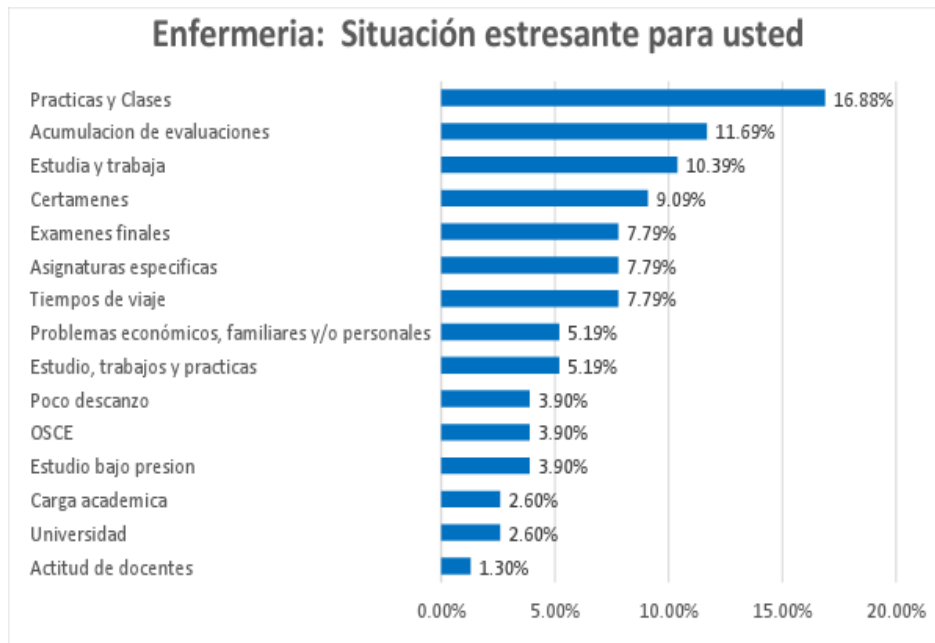
La situación estresante que más predomina en la carrera de Educación Parvularia son:

1° Exámenes finales con 19,48%

2° Problemas económicos, familiares y personales con un 17,02%.

3° Acumulación de evaluaciones con un 15,29%.

## Gráficos 9: Situación estresante (2)



Fuente: Idem gráfico 1.

La situación estresante que más predominan en la carrera de Enfermería son:

1° Prácticas y clases, representado por un 16,88%

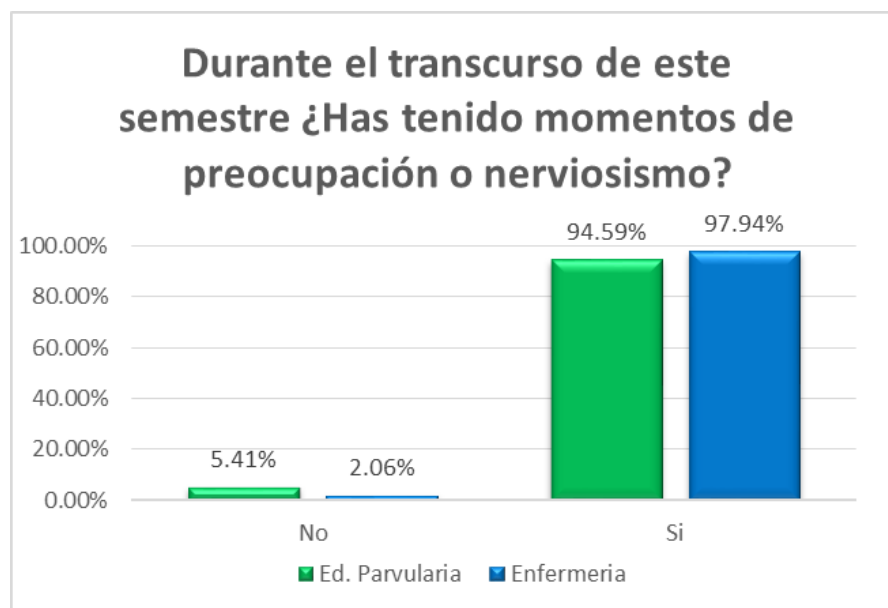
2° Acumulación de evaluaciones, representado por un 11,69%.

3° Estudiar y trabajar, representado por un 10,39%.



## 2) Datos Inventario SISCO

Gráfico 10: Momentos de preocupación o nerviosismo

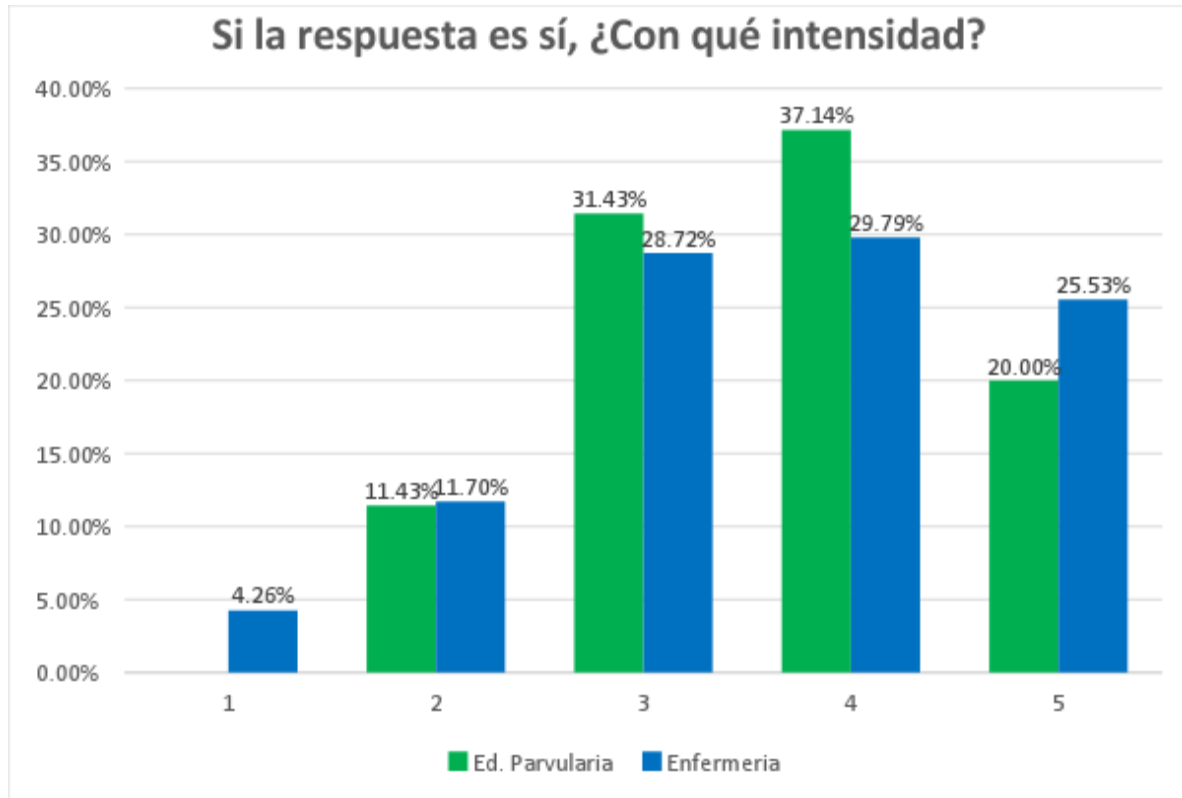


Fuente: Idem gráfico 1.

La mayor parte de los estudiantes encuestados ha tenido nerviosismo, representado:

- Educación Parvularia, representada por un 94,59%.
- Enfermería, representado por un 97,94%.

**Gráfico 11: Intensidad de preocupación o nerviosismo**



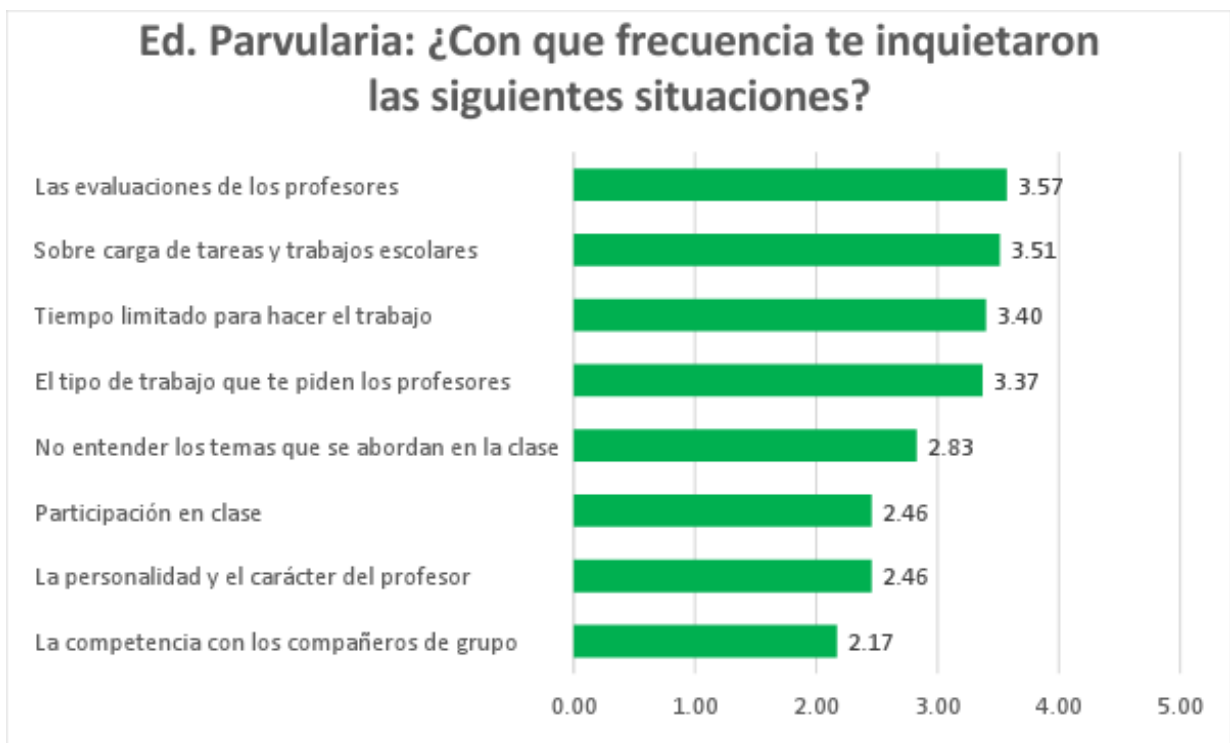
Fuente: Idem gráfico 1.

De acuerdo al nivel de preocupación o nerviosismo de los estudiantes de ambas carreras:

Educación Parvularia, el nivel que predomina es el 4, representado con un 37,14%, el cual indica un nivel de preocupación o nerviosismo alto.

Enfermería, en nivel que predomina es el 4, representado con un 29,79%, que indica un nivel de preocupación o nerviosismo alto.

## Gráficos 12: Factores generadores de Estrés (1)

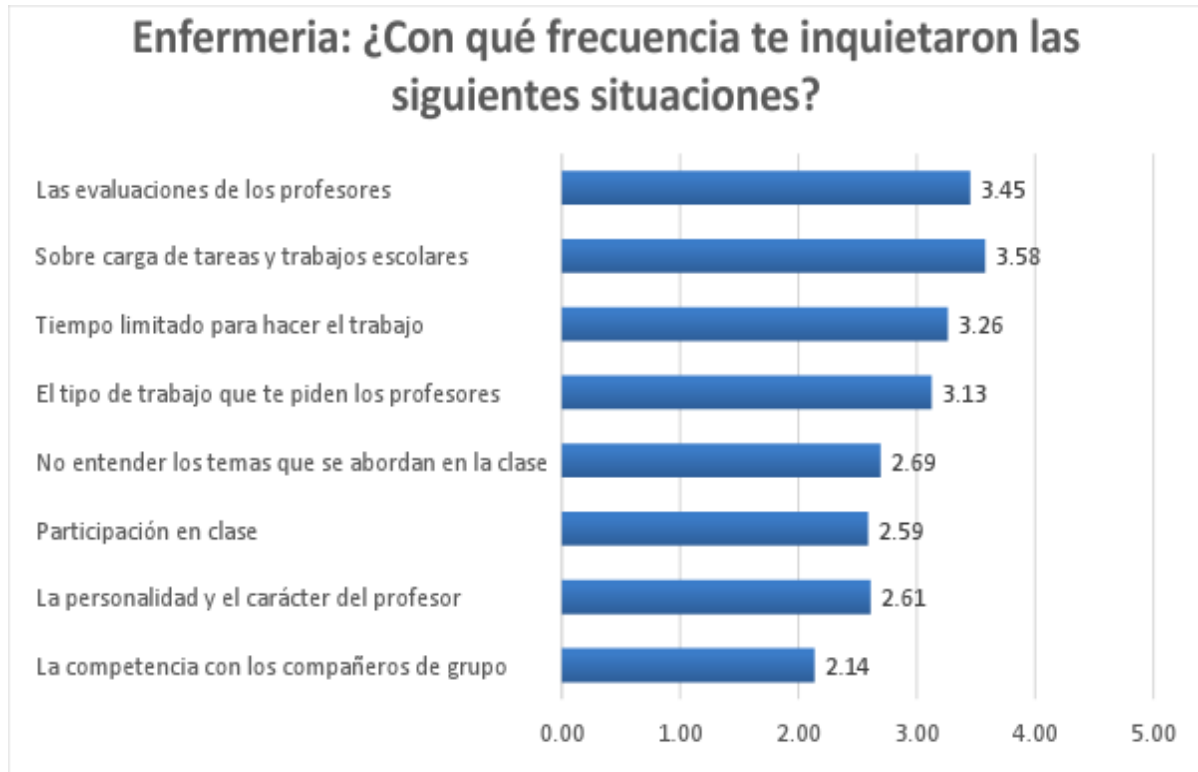


Fuente: Idem gráfico 1.

Los factores generadores de estrés que predominan para la carrera de Educación Parvularia son:

- Las evaluaciones de los profesores, representado por un 3,57
- Sobrecarga de tareas y trabajos escolares, representado por un 3,51
- Tiempo limitado para hacer trabajos, representado por un 3,40
- El tipo de trabajo que piden los profesores, representado por un 3,37

## Gráficos 12: Factores generadores de Estrés (2)

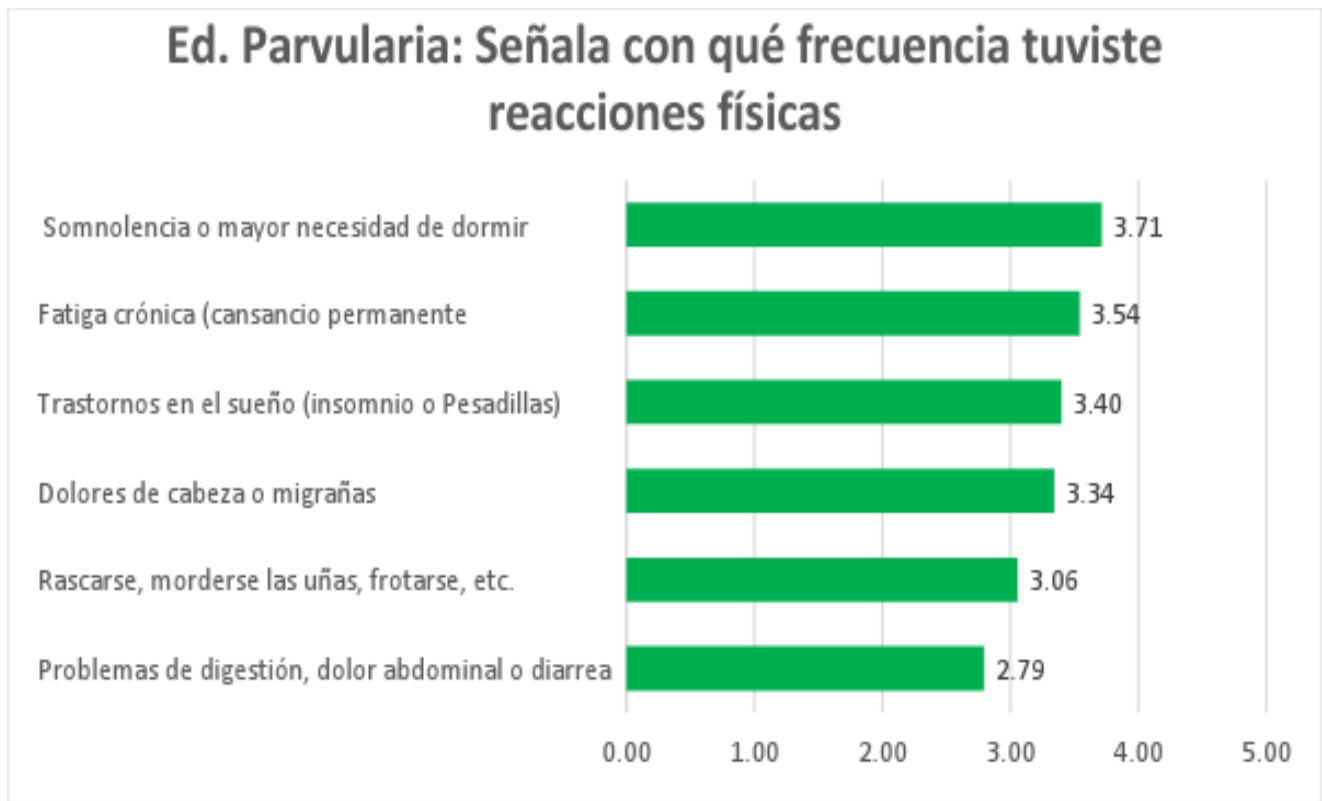


Fuente: Idem gráfico 1.

Los factores generadores de estrés que predominan para la carrera de Enfermería son:

- Sobrecarga de tareas y trabajos escolares, representado por un 3,58
- Las evaluaciones de los profesores, representado por un 3,45
- Tiempo limitado para hacer trabajos, representado por un 3,26
- El tipo de trabajo que piden los profesores, representado por un 3,13

**Gráfico 13: Reacciones Físicas (1)**

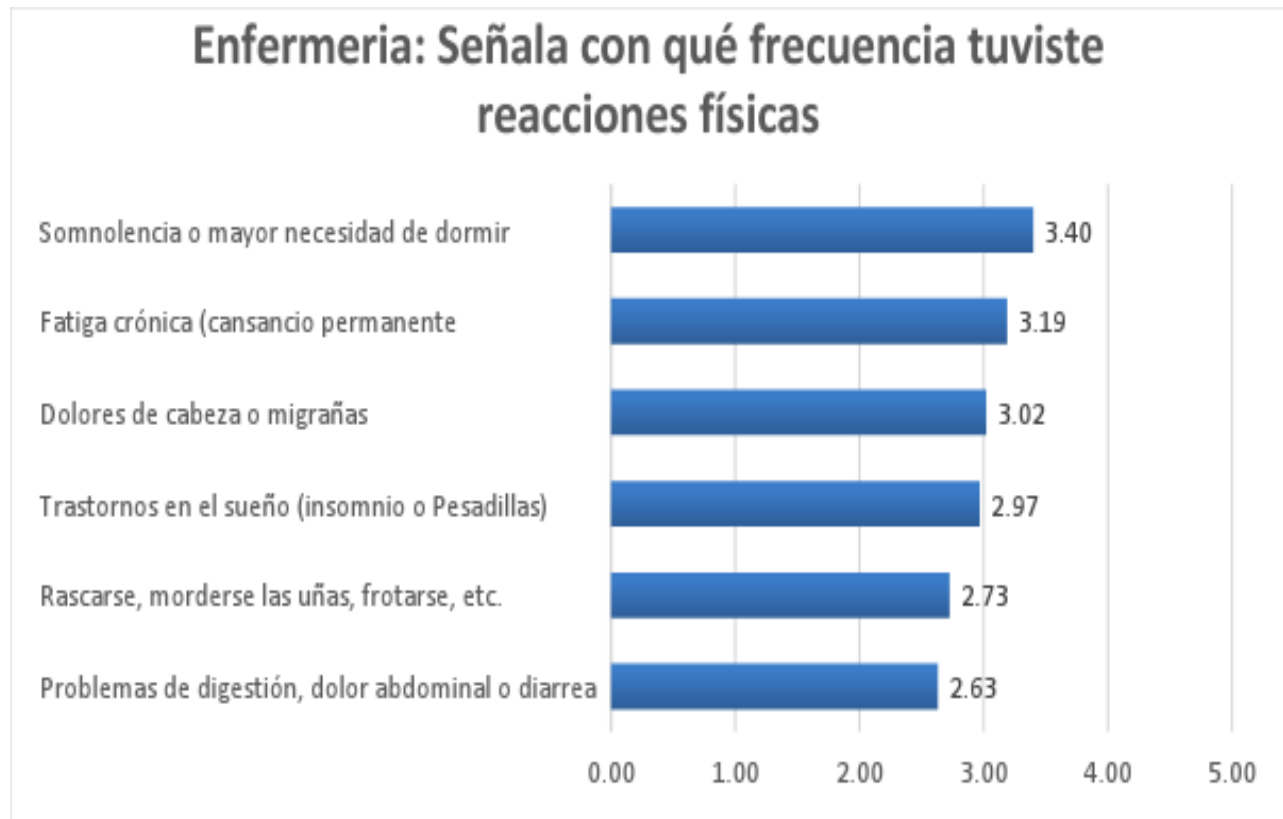


Fuente: Idem gráfico 1.

Las reacciones físicas que predominan en la carrera de Educación Parvularia, en los estudiantes encuestados son:

- Somnolencia o mayor necesidad de dormir, representado por un 3,71
- Fatiga crónica, representado por un 3,54.

**Gráfico 13: Reacciones Físicas (2)**

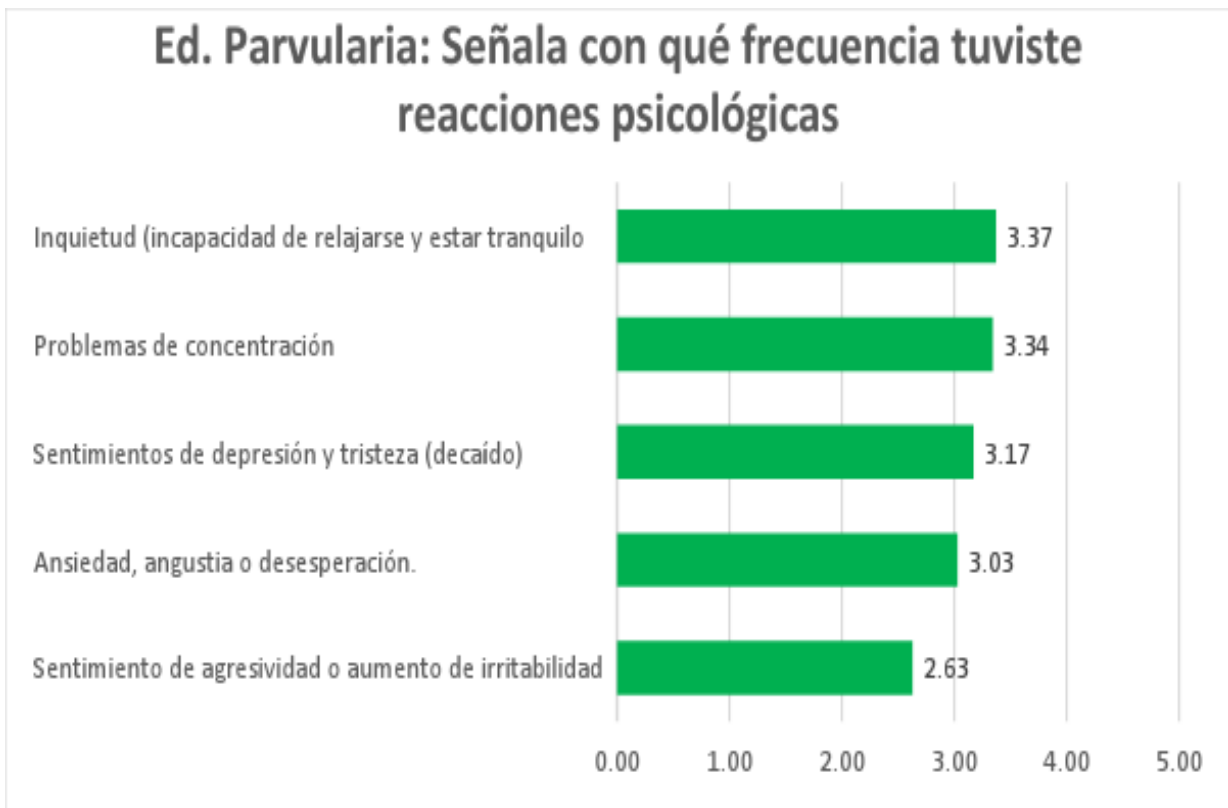


Fuente: Idem gráfico 1.

Las reacciones físicas que predominan en la carrera de Enfermería, en los estudiantes encuestados son:

- Somnolencia o mayor necesidad de dormir, representado por un 3,40
- Fatiga crónica, representado por un 3,19.

**Gráfico 14: Reacciones Psicológicas (1)**

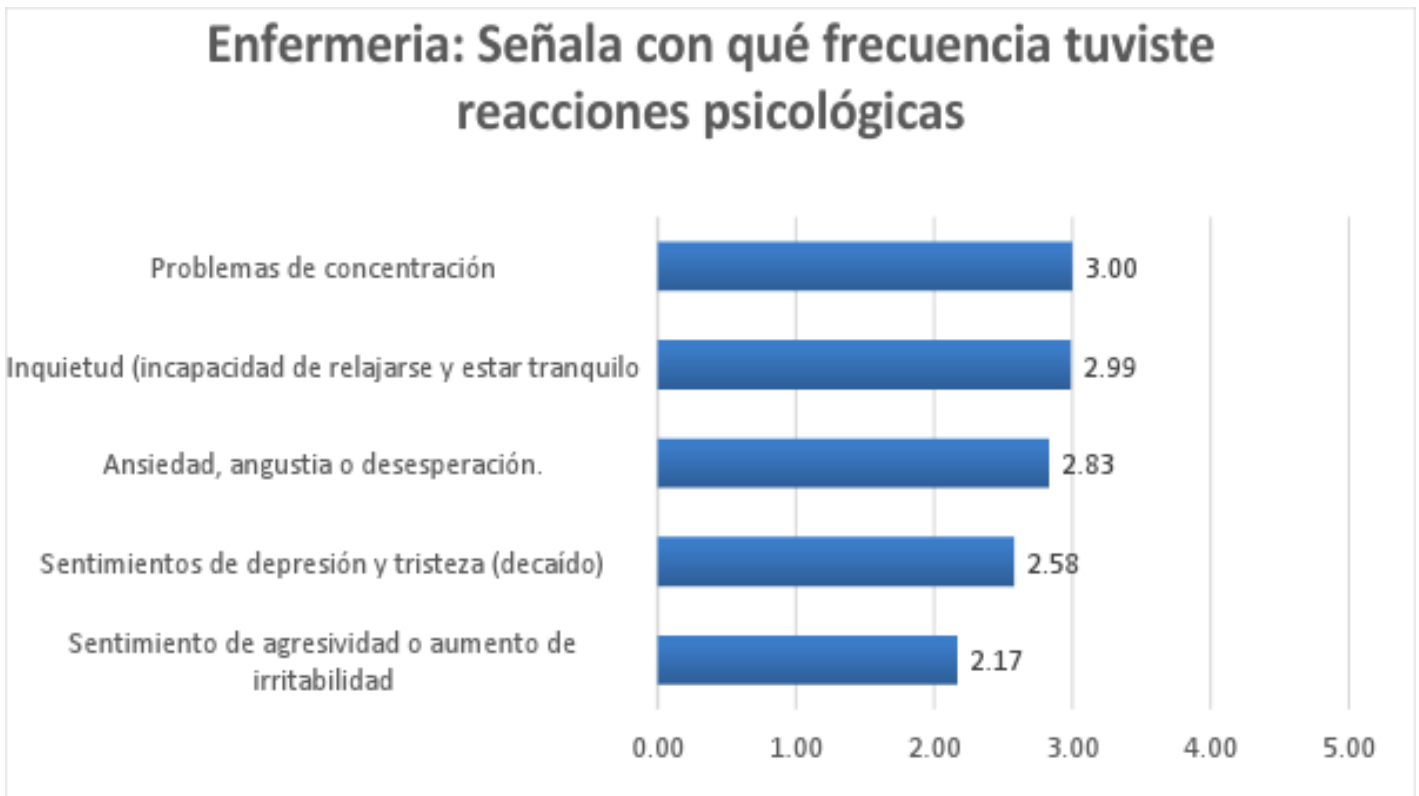


Fuente: Idem gráfico 1.

Las reacciones psicológicas que predominan en la carrera de Educación Parvularia, en los estudiantes encuestados son:

- Inquietud, representado por un 3,37.
- Problemas de concentración, representado por un 3,34.

**Gráfico 14: Reacciones Psicológicas (2)**



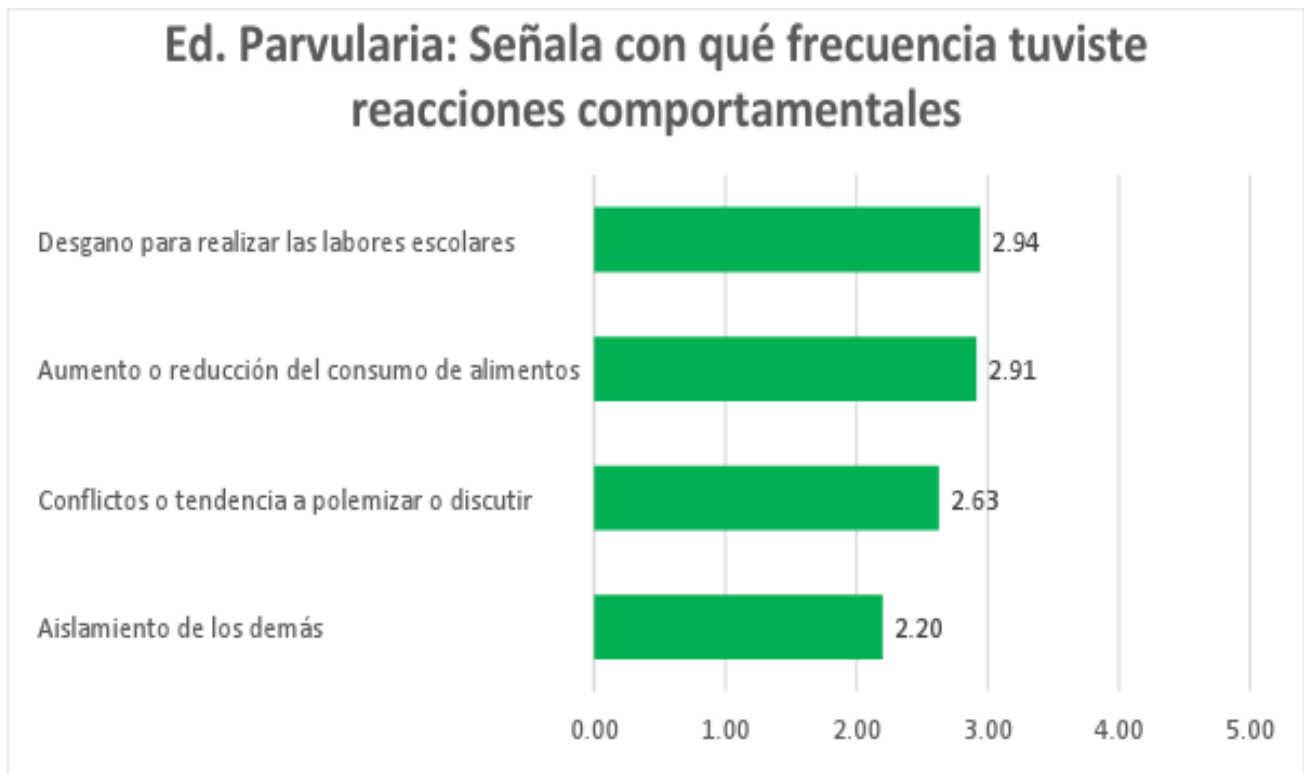
Fuente: Idem gráfico 1.

Las reacciones psicológicas que predominan en la carrera de Enfermería, en los estudiantes encuestados son:

- Problemas de concentración, representado por un 3,00.
- Inquietud, representado por un 2,99.



**Gráfico 15: Reacciones Comportamentales (1)**

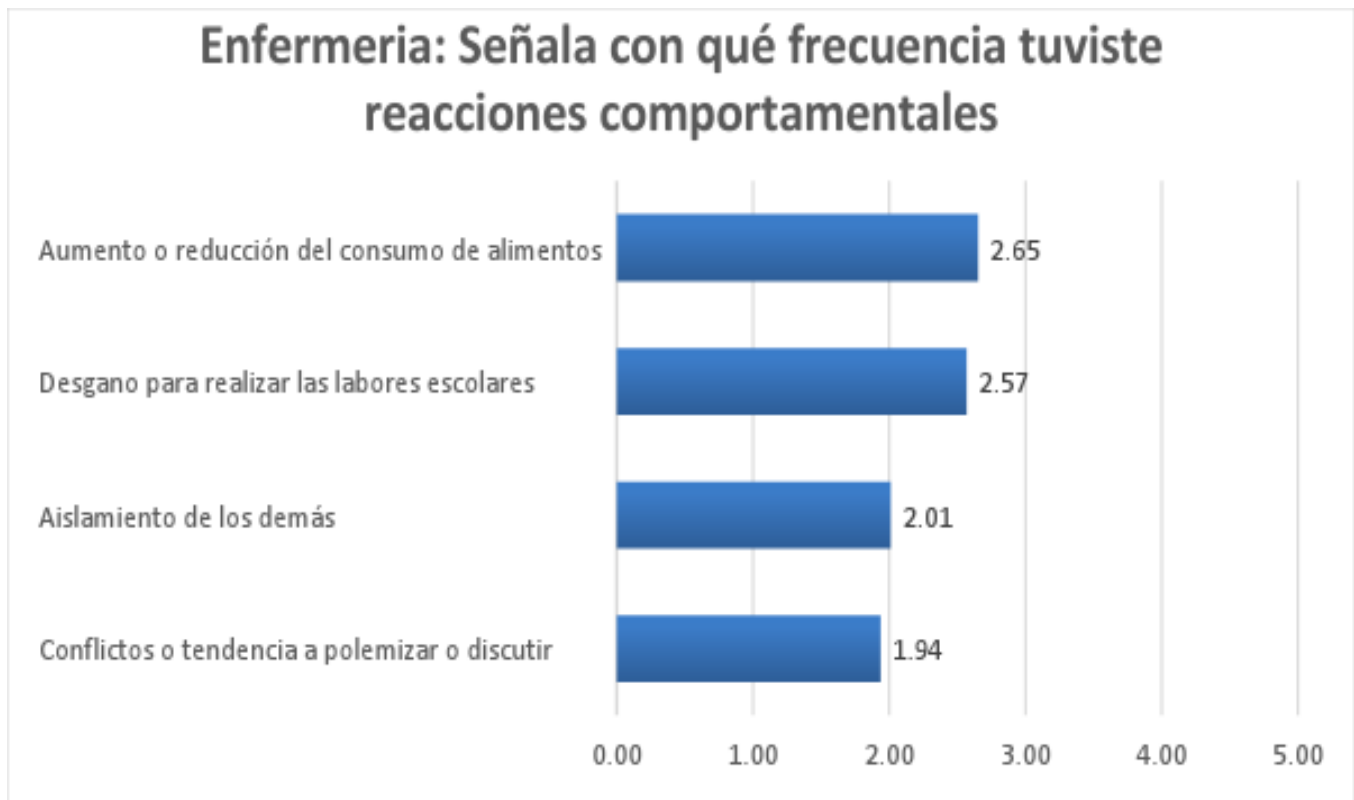


Fuente: Idem gráfico 1.

Las reacciones comportamentales que predominan en la carrera de Educación Parvularia, en los estudiantes encuestados son:

- Desgano para realizar labores escolares, representado por un 2,94.
- Aumento o reducción del consumo de alimentos, representado por un 2,91.

**Gráfico 15: Reacciones Comportamentales (2)**



Fuente: Idem gráfico 1.

Las reacciones comportamentales que predominan en la carrera de Enfermería, en los estudiantes encuestados son:

- Aumento o reducción del consumo de alimentos, representado por un 2,65.
- Desgano para realizar labores escolares, representado por un 2,57.

**Gráfico 16: Estrategias de afrontamiento (1)**

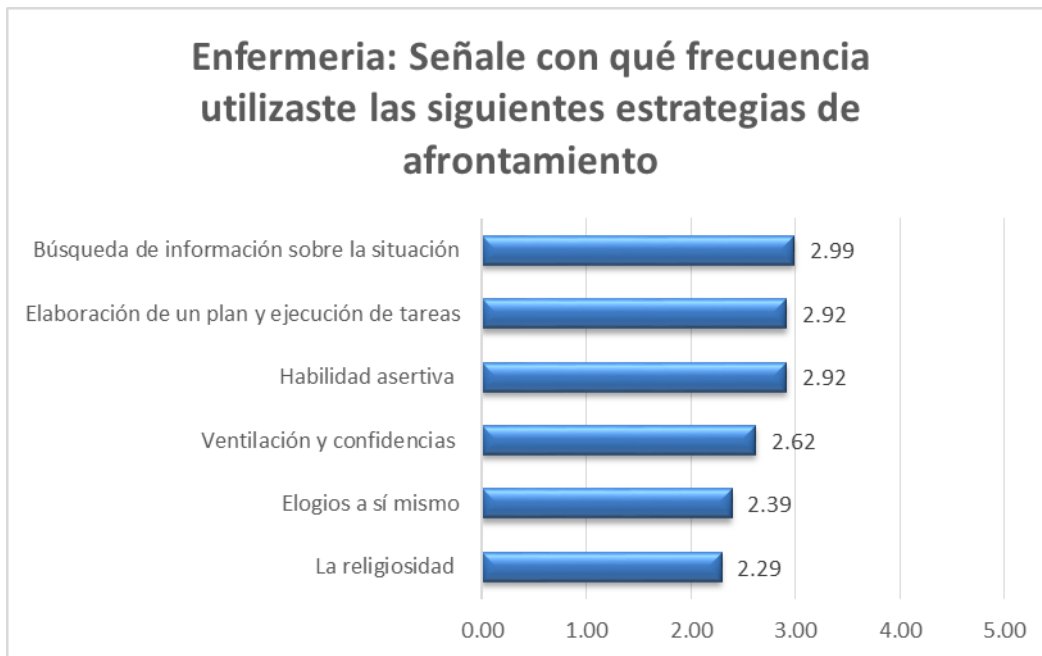


Fuente: Idem gráfico 1.

Las estrategias de afrontamiento más utilizado que predominan en la carrera de Educación Parvularia, en los estudiantes encuestados son:

- Habilidad asertiva, representado por un 3,46
- Elaboración de un plan de un plan y ejecución de tareas, representado por un 3,23

**Gráfico 16: Estrategias de afrontamiento (2)**



Fuente: Idem gráfico 1.

Las estrategias de afrontamiento más utilizado que predominan en la carrera de Enfermería, en los estudiantes encuestados son:

- Búsqueda de información sobre la situación, representado por un 2,99
- Elaboración de un plan y ejecución de tareas, representado por un 2,92

## VIII. Discusión

Las poblaciones estudiadas en la presente investigación son las carreras de Enfermería y Educación parvularia que cursan de 1° a 3° año académico, de modalidad diurna, pertenecientes a una Universidad privada en la ciudad de Concepción.

Los resultados que se obtuvieron en esta investigación de Estrés en estudiantes arrojaron que las mayores situaciones de estrés se deben a gran acumulación de evaluaciones para ambas analizadas; para la carrera de enfermería se destaca el tener clases y prácticas de manera simultánea, como también el trabajar y estudiar, que son de gran preocupación para los estudiantes de ambas carreras. Estos resultados coinciden con la investigación realizada por Martín, I (2007) “Estrés académico en estudiantes universitarios”, que deja demostrado el estrés que ocasiona en el periodo que se encuentran en evaluaciones, que a su vez concuerdan con las distintas reacciones psicológicas que conllevan como problemas de concentración, sentimientos de angustia o desesperación, al igual que reacciones físicas, tales como fatigas y trastornos del sueño.

De igual forma esta investigación concuerda con Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría, (2015) “Estrés académico en estudiantes de la Universidad de Los Lagos Osorno” que indica que el 98% de los estudiantes indica haber presentado estrés académico, en el cual los más mencionados por los estudiantes son las evaluaciones y sobrecarga de tareas y trabajos.

Con respecto a la pregunta realizada en esta investigación, el nivel de estrés en los estudiantes de Enfermería de 1° a 3° es de un 97,94%, y de la carrera de Educación Parvularia de 1° a 3° es de un 94,59%.

Para finalizar esta discusión, se logra el objetivo general de determinar el nivel de estrés en estudiantes de diferentes carreras en una Universidad privada de Concepción, el cual conlleva una serie de factores que lo generan.

## **IX. Conclusión**

Del proyecto de tesis titulado como Estrés en estudiantes de diferentes áreas académicas en una Universidad Privada, Concepción 2017. Podemos deducir que el estrés académico “el que surge en el área educativa” es una reacción que afecta al estudiante y se asocia con diversas exigencias para llevar a cabo un trabajo o tarea, ya sea a corto mediano o largo plazo. Tomando en cuenta las variables mencionadas, este podría conducir al sujeto a un problema de naturaleza cognitiva, que podría presentarse fácilmente en reacciones físicas y notorias en cuanto a procesos conductuales. El estrés requiere de gran atención al generar gran consecuencias negativas en el ámbito físico, mental y social de las personas, específicamente en los estudiantes, por lo tanto es muy importante mencionar que el estrés es un fenómeno que es adaptativo normal de las personas que se experimenta de muchas formas, que conllevan a consecuencias biológicas, psicológicas y sociales, siendo las reacciones biológicas las más inmediatas.

Los estudiantes son vulnerables a presentar estrés académico, debido a las altas exigencias académicas.

En esta investigación se utilizó el Inventario SISCO de Arturo Barraza Macias, que tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que se acompaña a los estudiantes, se puede concluir que en la carrera de Educación Parvularia representa un 94,59% de estrés, y la carrera de Enfermería representa un 97,94%, ambas carreras perciben un Estrés severo. En la investigación se destacan la acumulación de evaluaciones, tener clases-estudiar, exámenes finales y problemas de índole personal/familiar/económico.

Además, las carreras de Enfermería y Educación Parvularia calificaron de manera similar las reacciones que perciben, considerando las reacciones físicas que más frecuentemente se manifiestan corresponden a somnolencia y fatiga

crónica, clasificándolas dentro del rango “casi siempre”. Mientras que las reacciones psicológicas que más se manifiestan son la inquietud y problemas de concentración, que afectan a los estudiantes dentro del mismo rango. Por otra parte, las reacciones comportamentales más frecuentes fueron: desgano para realizar actividades académicas y aumento o disminución del consumo de alimentos, clasificándolas en el rango “algunas veces”.

Al analizar los resultados obtenidos las estrategias de afrontamiento para ambas carreras que se utilizan con mayor frecuencia son: habilidad asertiva, elaboración de un plan, ejecución de tareas y búsqueda de información, aunque con rangos de calificación distintos, en Enfermería estas estrategias han sido usadas “casi siempre”, mientras que en Educación Parvularia se calificó como “algunas veces”.

Finalmente, se deben tener en consideración estos resultados para generar acciones que busquen disminuir el nivel de estrés, buscando prevenir y mejorar las diferentes maneras de afrontar estas situaciones que pueden conllevar a distintas patologías asociadas a un deterioro del bienestar físico, mental y psicológico de la persona en su diario vivir, debido a que las malas reacciones en el manejo de estas emociones pueden detonar reacciones psicológicas que deterioran la salud. Por lo mismo, se recomienda ejecutar acciones para disminuir estos niveles de estrés, como por ejemplo, educaciones para fomentar estrategias de afrontamiento para estos episodios de estrés.



## Referencias bibliográficas

Ahumada, B., Henríquez, C., Maureira, F., & Ruiz, V. (2013). *Estrés estudiantil un estudio desde la mirada cualitativa*. Chillán: Universidad del Bio-Bio.

Alarcon, R., Melita, Y., Perez, K., Pino, K., Rivas, B., & Traipe, M. (2014). Factores generadores de estrés en estudiantes de Enfermería. *Proyecto de investigación para optar al grado de Licenciado de Enfermería. Universidad de las Américas*. Concepción, Chile.

Barraza, A. (2007). *El inventario SISCO del Estrés Académico*. Mexico: National Pedagogic University.

Barraza, A. (7 de Septiembre de 2007). *El inventario SISCO del Estrés Académico*. Obtenido de Universidad Pedagógica de Durango: [https://www.researchgate.net/profile/Arturo\\_Barraza\\_Macias/publication/28175062\\_El\\_Inventario\\_SISCO\\_del\\_Estres\\_Academico/links/54cfa5900cf298d65664ffc1/El-Inventario-SISCO-del-Estres-Academico.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Arturo_Barraza_Macias/publication/28175062_El_Inventario_SISCO_del_Estres_Academico/links/54cfa5900cf298d65664ffc1/El-Inventario-SISCO-del-Estres-Academico.pdf)

Barzallo, J., & Moscoso, C. (2015). Prevalencia de estrés académico, factores de riesgo y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de la escuela de medicina de la Universidad de Cuenca en el 2015. Cuenca: Repositorio Institucional.

Becerra, R., & Caballero, E. (2008). Estrés frente a evaluación de competencias clínicas en base a Objective Structured Clinical Examination (OSCE). *Rev.Educ Cienc Salud*, 103-107.

Bonfill Accensi, E., Lleixa Fortuño, M., Sáez Vay, F., & Romaguera Genís, S. (

- 2010). Estrés en los cuidados: una mirada desde el modelo de Roy. *Index Enferm vol.19 no.4 Granada oct./dic.*
- Bonfill, E., Leixa, M., Sáez, F., & Romanguera, S. (2010). Estrés en los cuidados: una mirada desde el modelo de Roy. *Index Enferm*, Vol.19 No.4.
- Burgos,F. (2003). Calidad de vida y estrés de los estudiantes de enfermería, Universidad Austral, 2003. <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2004/fmb957c/pdf/fmb957c-TH.5.pdf>
- Cea, M. (2001). Metodología cuantitativa: Estrategias y técnicas de investigación social. Madrid, España: Síntesis.
- Daneri, F. (2012). Psicobiología del Estrés. Universidad de Buenos Aires.
- Días de Flores, L. (2002). Análisis de los Conceptos del modelo de adaptación de Callista Roy. *Aquichán*, Vol.2 no.1.
- Flores, A., Jara, J., Montecinos, C., & Pavez, N. (2012). Nivel de Estrés académico en estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad del Bio-Bio, durante el primer semestre del año académico 2012. Concepción: Universidad del Bio-Bio. Red de Bibliotecas- Chile.
- Hernández, M., Garrido, F., & López, S. (2017). Diseño de estudios epidemiológicos. Scielo.
- Jabel, M. (2017). Estandarización del Inventario de Estrés académico SISCO en Estudiantes de Dos universidades de Villa El Salvador. Lima, Perú.

Jerez-Mendoza, M., & Oyarzo-Barría, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Revista chilena de neuro-psiquitría* , Vol.53 no.3.

Labrador, F. (1992). *El estrés. Nuevas técnicas para su control*. Madrid: Temas de hoy.

Looker, T. (1998). *Superar el estrés*. Madrid: Pirámide.

López V, F., & López M, M. J. (2011). Situaciones generadoras de estrés en los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas. *Ciencia y enfermería XVII*, 47-54.

López, F., & López, M. (2011). Situaciones generadoras de estrés en los estudiantes de Enfermería en las prácticas clínicas. *Ciencia y Enfermería*, Vol.17 no.2.

López, Y., Martínez, C., Serey, Y., Velasco, A., & Zuñiga, C. (2013). Factores de Resiliencia en Estudiantes de Carreras Pedagógicas de una Universidad Estatal de la Región de Valparaíso. *Revista de Psicología-Universidad Viña del Mar*, Vol.3, N°5,76-89.

Mainieri. (2008). Perspectiva cognitiva del estrés. *J Soc Psychol*, 133(2) 160-178.

Martin, I. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*, Vol.25, número 1, págs.87-99.

- Martín, I. (2007). Estrés académico en Estudiantes Universitarios. *Revista Cuatrimestral de Psicología*, Vol.25, Núm.1.
- Marty, M., Lavín, M., Figueroa, M., Larraín de la C., D., & Cruz, C. (2005). Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, V.43 n.1.
- Moya, M., Larroza, S., López, I. (2013). Percepción del estrés en los estudiantes de Enfermería ante sus prácticas clínicas. *Enfermería Global* Vol. 10, 1-12
- Muñoz, F., & Leon, J. (1990). Exámenes Universitarios y salud: Un estudio psicosocial sobre el estrés académico. *Revista de Enseñanza Universitaria*, Vol.1, n°1,49-68.
- Osorio, M. (2016). *Cómo manejar el estrés en la universidad. Guía de orientación para enfrentar el estrés académico*. Centro de aprendizaje campus sur. Universidad de Chile.
- Osorio, M. (s.f.). Centro de aprendizaje Campus Sur. *Reconocer, prevenir y afrontar el estrés académico*. Chile: Universidad de Chile.
- Pulido, M., Serrano, M., Valdés, E., Chávez, M., Hidalgo, P., & Vera, F. (2011). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicología y Salud*, Vol. 21, Núm.1, 31-37.
- Rodriguez, A., Durán, P., & Fernández, M. (2007). Situaciones de las prácticas clínicas que provocan estrés en los estudiantes de enfermería. *Enfermería*

*Global.*

Rodríguez, E. (11 de Diciembre de 2014). La mente es maravillosa. Obtenido de ¿Cómo afecta el estrés nuestra salud?: <https://lamenteesmaravillosa.com/como-afecta-el-estres-a-nuestra-salud/>

Román, C., & Hernández, Y. (2011). El estrés académico: Una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, Vol.13 No.2.

Romero, M. (2009). Implicaciones de la respuesta del estrés sobre el proceso de estudio en estudiantes de ciencia de la salud. *Tesis doctoral*. España: Universidad de A Coruña.

Sierra, J., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Rev. Mal estar e subjetividad*, V.3 n.1.

Valdez, N. (29 de 07 de 2014). Salud, estrés y factores psicológicos. Obtenido de <http://blog.pucp.edu.pe/blog/estres/2014/07/29/salud-estres-y-factores-psicologicos/>

Valera, S., Pol, E., & Vidal, T. (s.f.). *Psicología ambiental, elementos básicos (Estrés)*. Departamento de Psicología Social.

Valenzuela, L., & Fraijo, S. (s.f.). Integración y estrés en estudiantes universitarios. Universidad pedagógica nacional, Unidad 096 D.F.Norte.

## **Anexos**

## **Anexo 1: Requisitos éticos de la Investigación Científica**

### 1. Valor:

El aporte de esta investigación serán los posibles factores predictores del estrés y cómo esta afecta en la conducta de los estudiantes de: Enfermería y Educación Parvularia en una Universidad privada, Concepción 2017. Al identificar estos factores se logrará ayudar a mejorar su calidad de vida y su rendimiento académico.

### 2. Validez científica:

Identificar y analizar el grado de estrés en los estudiantes de: Enfermería y Educación Parvularia en una Universidad privada, Concepción 2017, en la cual se tomará una muestra al azar de ellos.

### 3. Selección equitativa de sujetos:

Para la selección de los sujetos de la muestra de investigación se considerarán aquellos estudiantes de: Enfermería y Educación Parvularia en una Universidad privada, Concepción 2017, siendo la selección equitativa para todos aquellos alumnos que tengan la oportunidad de participar en esta investigación.

### 4. Proporción favorables de Riesgo- Beneficio:

El beneficio de esta investigación para los alumnos será reconocer las situaciones que les generan estrés y las consecuencias que estas les pueden ocasionar en su salud y su vida académica. La investigación no presenta ningún riesgo a los estudiantes que quieran participar de esta.

### 5. Evaluación independiente:

Antes de ejecutar la investigación, esta será evaluada por un comité de ética de investigación para ser revisada, aprobada y finalmente aplicada.

#### 6. Consentimiento informado:

Es importante realizar el consentimiento informado (Anexo 2), ya que es un proceso en el cual se entregará información a los estudiantes por parte de las investigadoras. Los estudiantes deberán tomar una decisión responsable y voluntaria compatible con sus valores, intereses y preferencias acerca de la participación de esta investigación, pudiendo así, aceptar o rechazar la intervención en la investigación.

#### 7. Respeto a los sujetos inscritos:

Primera sobre todo la autonomía del alumno en todo el proceso de la investigación. Al finalizar la investigación y en el reconocimiento de su contribución serán publicados a los estudiantes participantes, docente guía de la investigación y Universidad Privada.



## **Anexo 2: Consentimiento Informado para Participantes de la investigación**

Estimado estudiante:

Junto con saludarlo queremos invitar a participar en el presente estudio de una investigación, cuyo propósito es conocer los factores generadores de estrés en los estudiantes de: Enfermería y Educación Parvularia, de una Universidad Privada, Concepción 2017.

Esta investigación será guiada por un docente tutor para postular al grado de Licenciada en Enfermería.

El fin de este estudio es identificar la prevalencia del estrés académico en las carreras seleccionadas. Si usted desea acceder a participar en este estudio declara en forma escrita su participación, se le pedirá responder las preguntas en una encuesta, lo que tomará un tiempo de 15 minutos aproximadamente.

La participación en esta investigación será voluntaria y se respetará la confidencialidad y no se utilizará para ningún otro propósito, no recibirá ninguna compensación económica por participar, y no llevará ningún riesgo para la salud.

Durante la encuesta podrá hacer preguntas acerca de sus dudas y omitir aquellas que le causen incomodidad en cualquier momento de esta. Podrá retirarse de la investigación en cualquier momento y no se verá perjudicada por su decisión.

Acepto participar: Si \_\_\_\_ No \_\_\_\_

---

Firma del participante

Nicole Cárcamo - Jocelyn Cartes - Josselyn Oñate - Constanza Torres

## **Anexo 3: Definición de Variables**

### 1.- Variable dependiente

- Nivel de estrés: Reacción fisiológica del organismo que puede generar tensión física o emocional y provenir de cualquier situación o pensamiento que lo haga sentir a uno frustrado, furioso o nervioso.

### 2.- Variables independientes

#### 2.1 Bio Sociodemográfico:

- Edad: Cantidad de años de una persona que ha vivido desde su nacimiento
- Sexo: Condición biológica de una persona
- Estado civil: Situación de una persona determinada por la ausencia o presencia de una relación sentimental con otro individuo y el grado en la cual se encuentra esta relación.
- Número de hijos: Cantidad de hijos entre dos géneros distintos con herencia genética.
- Religión: Creencias de un individuo.
- Ciudad de procedencia: Lugar geográfico en el cual ha nacido y proviene un individuo.
- Situación laboral: Ocupación actual de una persona aplicada a la producción de riqueza, en contraposición a capital retribuida
- Año actual cursado: año actual que se encuentra cursando el estudiante en una carrera.

#### 2.2 Inventario SISCO de estrés académico:

- Reacciones físicas: Cambios fisiológicos en el organismo de una persona
- Reacciones psicológicas : Cambios psicológicos en una persona
- Reacciones comportamentales : Cambios en la conducta de un individuo

	<b>VARIABLE</b>	<b>DEFINICIÓN NOMINAL</b>	<b>TIPO DE VARIABLE</b>	<b>DEFINICIÓN OPERACIONAL</b>
<b><u>VARIABLE DEPENDIENTE</u></b>	Estrés	Es una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada.	Cualitativa Ordinal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leve</li> <li>• Moderado</li> <li>• Severo</li> </ul>
<b><u>VARIABLES INDEPENDIENTES</u></b>  VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS	Edad	Cantidad de años de un individuo que ha vivido desde su nacimiento.	Cualitativa Continua	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 18-20</li> <li>• 21-23</li> <li>• 24-26</li> <li>• 27-30</li> <li>• 31 y más</li> </ul>
	Sexo	Condición humana dada biológicamente	Cualitativa Nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Masculino</li> <li>• Femenino</li> </ul>
	Estado civil	Situación de una persona determinada por la ausencia o presencia de una relación sentimental con otro individuo y el grado en la cual se encuentra esta relación.	Cualitativa Nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Soltero</li> <li>• Casado</li> <li>• Divorciado</li> <li>• Viudo</li> </ul>

		Número de hijos	Cantidad de hijos entre dos géneros distintos con herencia genética.	Cuantitativa discreta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 0</li> <li>• 1 Hijo</li> <li>• 2 Hijos</li> <li>• 3 o más</li> </ul>
		Religión	Creencias de un individuo.	Cualitativa nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Católica</li> <li>• Evangélica</li> <li>• Mormón</li> <li>• Ateo</li> <li>• Adventista</li> <li>• Otra</li> </ul>
		Ciudad de procedencia	Lugar geográfico en el cual ha nacido y proviene un individuo.	Cualitativa nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Concepción</li> <li>• Talcahuano</li> <li>• Coronel</li> <li>• Chiguayante</li> <li>• Otra, especifique</li> </ul>
		Situación laboral	Ocupación actual de una persona aplicada a la producción de riqueza, en contraposición a capital retribuida	Cualitativa nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Si</li> <li>• No</li> </ul>
		Año actual cursado	Año actual que se encuentra cursando el estudiante en una carrera.	Cualitativa nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Especifique: Enfermería Educación Parvularia</li> </ul>

## **Anexo 4: Instrumentos Recolector de Datos**

Estimados alumnos con el fin de reunir antecedentes para nuestra investigación, solicitamos responder las siguientes preguntas:

### **Bio Sociodemográficas:**

#### 1.- Edad

18-20           

21-23           

24-26           

27-30           

31 y más       

#### 2.- Sexo

Hombre        

Mujer           

#### 3.- Estado Civil

Soltero        

Casado         

Divorciado    

Viudo           

#### 4.- Número de hijos

0                

1 Hijo          

2 Hijos         

3 o más        

#### 5.- Religión

Católica       

Evangélica    

Mormón

Ateo

Adventista

Otra,

especifique \_\_\_\_\_

6.- Residencia

Concepción

Talcahuano

Coronel

Chiguayante

Otra,

especifique \_\_\_\_\_

7.- Actividad laboral

Si

No

8.- Año actual cursando

Especifique \_\_\_\_\_

9.- Situación estresante para usted (Especifique)

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## **Instrumentos de Investigación**

### El inventario SISCO del estrés académico

- a) Confiabilidad: Se obtuvo una confiabilidad por mitades de 87 y confiabilidad en alfa de Cronbach 90. Estos niveles de confiabilidad pueden ser valorados como muy buenos o elevados.
- b) Validez: Se recolectó evidencia basada en la estructura interna a través de tres procedimientos: análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupos contratados. Los resultados confirman la constitución tridimensional del Inventario SISCO del Estrés Académica a través de la estructura factorial obtenida en el análisis correspondiente, lo cual coincide con el modelo conceptual elaborado para el estudio del estrés académico desde una perspectiva sistémica- cognoscitivista (Barraza,2006). Se confirmó la homogeneidad y direccionalidad única de los ítems que componen el inventario permiten afirmar que todos los ítems forman parte del constructo establecido en el modelo conceptual construido, en este caso, el estrés académico.

#### Aplicación:

El inventario es auto-administrado y se puede solicitar su llenado de manera individual o colectiva; su resolución no implica más de 10 minutos.

#### Estructura:

El inventario SISCO está compuesto por 31 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- Un ítem de filtro, que en términos dicotómicos (si-no) permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario. Las investigadoras en este ítems considerarán a todos los estudiantes sin excepción de “respuesta si o no” para evaluar el porcentaje de aquellos que presenten estrés el último

tiempo y aquellos que sean capaces de afrontar las diferentes situaciones de la vida.

- Un ítem que, en un escalamiento tipo likert de cinco valores numéricos (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco es mucho) permite identificar en nivel de intensidad de estrés académico.
- Ocho ítems que, en un escalamiento de tipo likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre, siempre) permiten identificar la frecuencia en que las demandas de entorno son valoradas como estímulos estresores.
- Quince ítems que, en un escalamiento de tipo likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre, siempre) permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.
- Seis ítems que, en un escalamiento de tipo likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre, siempre) permiten identificar la frecuencia de uso de la estrategias de afrontamientos.

### Inventario

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejan resultados globales. La respuesta a este cuestionarios voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestar o no contestar.



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

\_\_\_ SI

\_\_\_ 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 del 1 al 5, señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) rara vez, (3) algunas veces, (4) casi siempre y (5) es siempre. Señale con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
--	--------------	-----------------	----------------------	---------------------	----------------

La competencia con los compañeros de grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra (especifique)					

4. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez. (3) algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre. Señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupados o nervioso.

REACCIONES FÍSICAS					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o Pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					

REACCIONES PSICOLÓGICAS					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Inquietud (incapacidad de					

relajarse y estar tranquilo					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					

REACCIONES COMPORTAMENTALES					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4)Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					

OTROS (ESPECIFIQUE)					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre

5. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) rara vez, (3) algunas veces, (4) casi siempre, y (5) siempre. Señala con qué frecuencia utilizas las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de tareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					

Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otra (especifique)					

## Anexo 5: Cartas a Directores

Concepción, Chile 28 de Septiembre del 2017

Estimados Autoridades de Universidad de las Américas

Solicitamos a ustedes la autorización para los Alumnos de 4to año de la Carrera de Enfermería Universidad de las Américas, campus El Boldal, para trabajar con grupo de Estudiantes de primero a tercero de las carreras de Enfermería y Educación Parvularia.

El motivo de su acercamiento se debe a la realización de su tesis para obtener el grado de Licenciado en Enfermería, cuyo título es Estrés en estudiantes de diferentes áreas académicas en una Universidad Privada, Concepción 2017.

Esta investigación se relaciona directamente con: Estudiantes

La obtención de esta información se realizará a través de: Aplicación de cuestionarios tales como: ítems de datos Sociodemográficos e Inventario SISCO del estrés académico.

Esta investigación contará con las siguientes implicancias éticas:

- 1.-Consentimiento Informado
- 2.-Requisitos éticos

El resultado de esta investigación es exclusivo de la Escuela de Enfermería UDLA, no obstante los establecimientos seleccionados que lo deseen podrán tener acceso al material final, en beneficio de su mejora continua.

Los alumnos investigadores son:

NOMBRE	RUT:
1.- Nicole E. Cárcamo Escobar	18.143.056-7
2.- Jocelyn L. Cartes Yepsen	18.134.988-3
3.- Josselyn A. Oñate Pradenas	17.219.157-6
4.- Constanza G. Torres Martinez	18.651.910-8

Sin otro particular, agradecidos de la recepción y, a la espera de una positiva respuesta.

Se despide cordialmente:

---

Miguel Bargetto Fernández  
Director de Carrera de Educación Parvularia  
Campus El Boldal

Concepción, Chile 28 de Septiembre del 2017

Estimados Autoridades de Universidad de las Américas

Solicitamos a ustedes la autorización para los Alumnos de 4to año de la Carrera de Enfermería Universidad de las Américas, campus El Boldal, para trabajar con grupo de Estudiantes de primero a tercero de las carreras de Enfermería y Educación Parvularia.

El motivo de su acercamiento se debe a la realización de su tesis para obtener el grado de Licenciado en Enfermería, cuyo título es Estrés en estudiantes de diferentes áreas académicas en una Universidad Privada, Concepción 2017.

Esta investigación se relaciona directamente con: Estudiantes

La obtención de esta información se realizará a través de: Aplicación de cuestionarios tales como: ítems de datos Sociodemográficos e Inventario SISCO del estrés académico.

Esta investigación contará con las siguientes implicancias éticas:

- 1.-Consentimiento Informado
- 2.-Requisitos éticos

El resultado de esta investigación es exclusivo de la Escuela de Enfermería UDLA, no obstante los establecimientos seleccionados que lo deseen podrán tener acceso al material final, en beneficio de su mejora continua.

Los alumnos investigadores son:

NOMBRE	RUT:
1.- Nicole E.Cárcamo Escobar	18.143.056-7
2.- Jocelyn L.Cartes Yepsen	18.134.988-3
3.- Josselyn A.Oñate Pradenas	17.219.157-6
4.- Constanza G.Torres Martinez	18.651.910-8

Sin otro particular, agradecidos de la recepción y, a la espera de una positiva respuesta.

Se despide cordialmente:

---

Carolina Uribe Santibañez  
Directora de Carrera Escuela de Enfermería  
Campus El Boldal



