

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO
ESCUELA DE POSTGRADO
SECCIÓN DE POSTGRADO EN EDUCACIÓN



“RELACIÓN ENTRE EL ESTRÉS Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO
DE LOS ESTUDIANTES DEL VI CICLO, DE LA ESCUELA
PROFESIONAL DE ESTOMATOLOGÍA - UNIVERSIDAD PRIVADA
ANTENOR ORREGO, 2014”

TESIS

PARA OBTENER EL GRADO DE MAESTRO EN EDUCACIÓN
MENCIÓN: DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR

AUTOR: Br. Huber Cristian Herrera Flores.

ASESOR: Dr. Luis Manuel Bonilla Mercado.

TRUJILLO – PERÚ

2016

DEDICATORIA

En primer lugar a DIOS, por siempre guiarme por el buen camino y por darme fortaleza en cada etapa de mi vida con su bendición.

A mi esposa Claudia, por su apoyo incondicional, mi hijita Fabia Emilia por ser el motor y motivo de cada paso que doy en la vida, las amo.

A mis padres Luis y Rebeca por perseverar junto a mí en todo momento.

AGRADECIMIENTO

A mis Maestros, por toda la enseñanza que me impartieron durante todo este tiempo, espero poder practicar y transmitir todo lo aprendido.

Mi asesor y Maestro de siempre el Dr. Luis Manuel Bonilla Mercado por dedicar parte de su importante tiempo en la elaboración de mi tesis.

RESÚMEN

La presente investigación titulada, “Relación entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes del VI ciclo, de la escuela profesional de estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014”, tuvo como objetivo principal determinar de qué manera están relacionados el estrés y el rendimiento Académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología-Universidad Privada Antenor Orrego, 2014; siendo un estudio no experimental de diseño correlacional, con una muestra de 85 estudiantes, utilizando el registro de notas y un cuestionario, así mismo llegando a la conclusión que la relación entre el estrés y el rendimiento académico es una correlación negativa de -0,323 con un valor de $P= 0,003$ siendo inversamente proporcional. Así mismo contrastando la hipótesis con un valor de la Chi cuadrado del 1.33; a un nivel de significancia del 5%.

Palabras claves: Estrés, rendimiento académico y estudiante.

ABSTRACT

This research entitled, "Relationship between stress and academic performance of students of the sixth cycle of the professional school of dentistry - Antenor Orrego Private University, 2014", with the main objective to determine that there is a relationship between stress and academic performance VI student of cycle, of the Professional School of Dentistry-Private University Antenor Orrego, 2014; being a non-experimental study correlational design, with a sample of 85 students, using the log notes and a questionnaire, also came to the conclusion that the relationship between stress and academic performance is a negative correlation of -0,323 with $P = 0.003$ being inversely proportional. Also contrasting the hypothesis with a Chi square value of 1.33; even level of significance of 5%.

Keywords: Stress, and student academic performance.

ÍNDICE

	Pág.
DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
RESUMEN.....	iv
ABSTRACT.....	v
ÍNDICE.....	vi
ÍNDICE DE TABLAS.....	viii
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. EL PROBLEMA.....	2
A. Planteamiento del problema.....	2
B. Antecedentes del problema.....	4
C. Enunciado del problema.....	5
1. Hipótesis.....	6
2. Objetivos.....	6
3. Marco teórico.....	7
III. MATERIALES Y PROCEDIMIENTOS.....	19
3.1. Material.....	19
A. Tipo de investigación.....	19
B. Población.....	19
C. Muestra.....	19
D. Unidad de análisis.....	20
E. Método de selección.....	20
F. Recolección de datos.....	21
3.2. Procedimiento y análisis estadístico.....	22

3.3. Operacionalización de variables.....	23
IV. RESULTADOS.....	24
V. DISCUSIÓN	29
VI. CONCLUSIONES	31
VII. RECOMENDACIONES	32
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	33
IX. ANEXOS	35

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Nivel grado de Estrés de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.	24
Tabla 2: Nivel de Rendimiento Académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.....	25
Tabla 3: Relación entre Estrés y el Rendimiento Académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología-Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.....	26
Tabla 4: Relación entre Estrés y el Rendimiento Académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología-Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.....	27

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Grafico 1: Nivel grado de Estrés de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.	23
Grafico 2: Nivel de Rendimiento Académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.	24
Grafico 3: Relación entre Estrés y el Rendimiento Académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología-Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.	26

I. INTRODUCCIÓN

El estrés como fenómeno real inmerso en el ambiente educativo, se le define como estrés académico, en el cual, el alumno se ve sometido a una serie de demandas, que, tras ser valoradas como estresores, provocan un desequilibrio sistémico obligándolo a realizar acciones de afrontamiento. En las últimas décadas, dicha adaptación se ha tornado acelerada debido a un mercado exigente dominado por el consumismo y la competición, con consecuencias fatales para el ser humano en diversos ámbitos, entre ellos, el académico; propiamente en el nivel superior, donde el papel central es la formación de técnicos, profesionales y científicos.

El estrés es considerado el mayor problema de este siglo que puede sufrir o llegar a sufrir la persona y el estudiante universitario es una prueba fidedigna de ello sometido a factores que condicionan a este estado, habiendo sido observado en los estados emocionales como: desgano, ansiedad, inseguridad; tristeza y expresiones alarmantes como: "me es imposible terminar estas tareas para mañana", "hoy, también tendré que amanecerme estudiando", "ya no puedo más, necesito relajarme", "la recarga académica me está matando", siendo estas manifestaciones producto del estrés se genera mayor dificultad en la concentración y memoria, deterioro de la capacidad del juicio y razonamiento, y ello interviene negativamente en el aprendizaje óptimo del estudiante, por ende en su rendimiento académico, se creyó conveniente estudiar: si existe relación entre estrés y el rendimiento académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología- Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.

II. EL PROBLEMA

A. Planteamiento del problema

El presente trabajo de investigación está orientado a determinar si existe relación entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes del VI ciclo de Estomatología de la Universidad Privada Antenor Orrego, 2014. Sabemos que la universidad es un estresor en términos de competitividad, no sólo en cuanto a calificaciones se refiere, sino también a la exigencia de participar en clase, desarrollar tareas, aceptación de grupo, miedo al fracaso, realización de exámenes y decepción de los padres, entre otros. Diversas investigaciones señalan que el estrés académico es un fenómeno nocivo que afecta la salud (física y emocional) de los estudiantes, pero además tiene alcances en los ámbitos en los que este se desarrolla. Esta problemática ha llegado a tener tal auge, que es una línea de investigación.

Todo estudiante universitario convive con una constante y creciente exigencia académica que demandan esfuerzos de adaptación personal, social, cognitivo y conductual. La preparación para las competencias del mundo laboral debe ser óptima. En conclusión, todos los estudiantes son seres humanos que sobrecargan sus propios problemas de diversa índole; ya sean familiares, sociales e interpersonales.

Las cuestiones claves, que permiten que el estrés exista, son dos: La valoración de la situación y el afrontamiento que el ser humano crea de ellas.

La evaluación es aquel proceso que conlleva al individuo a valorar las situaciones, dependiendo de tanto de sus habilidades como de sus experiencias sobre el acontecimiento. El afrontamiento son los esfuerzos cognoscitivos y conductuales que tiene que realizar el

estudiante universitario para poder enfrentar los acontecimientos externos e internos de forma continua (García A. , 2011).

Hoy en día se habla mucho del estrés, de su colectividad y de los múltiples efectos que produce, reflejándose en el medio en que interactúan las personas. En el campo estudiantil universitario este problema se encuentra muy cercano a nosotros, tanto grupal como individualmente; siendo una de sus expresiones trascendentes el rendimiento académico.

La presente realidad del problema, nos muestra las siguientes características:

Los estudiantes del VI ciclo de la escuela de estomatología presentan.

- Dificultad para concentrarse en clase.
- Somnolencia en hora de clase.
- Baja considerable en las notas de algunas asignaturas, entre otras manifestaciones del estrés.

a. Justificación del problema:

Nuestro trabajo de investigación está justificado porque va a permitir determinar la relación que existe entre estrés y el rendimiento académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014, ya que presentamos una problemática que hoy en día se observa con mucha frecuencia en nuestra casa de estudios. Ya que los estudiantes universitarios viven una permanente y creciente exigencia académica que demanda esfuerzos de adaptación. Además, que existe una necesidad de óptima preparación profesional para enfrentar el mercado laboral competitivo.

Dentro de este marco el estrés académico universitario juega un rol trascendental poco estudiado en nuestro medio. Por lo que

optamos por investigar la relación entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014. Esta investigación será viable en la Universidad antes nombrada, lugar donde realizamos los estudios de Maestría en Educación y ejercemos la docencia universitaria.

Por otro lado, nuestro aporte permitirá el análisis y comprensión de la relación entre el estrés y el rendimiento académico de nuestros estudiantes y de la población escogida.

B. Antecedentes del problema:

A nivel internacional

Según Vallejo, L. (2011), en el estudio titulado: “RELACIÓN ENTRE ESTRÉS ACADÉMICO Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN EL ESTUDIANTES DE LA CARRERA QUÍMICA FARMACEÚTICA-BIOLÓGICA DE LA UNAM”, México; se realizó un análisis descriptivo, en el cual se identificó que el nivel de estrés en el que se encontraba una muestra de 138 alumnos, era en su mayoría, un nivel moderado. Que a mayor nivel de estrés académico, corresponden más síntomas, y mayor aplicación de estrategias de afrontamiento ante los estresores percibidos; siendo las mujeres las que perciben más estrés académico.

A nivel nacional

Según Solórzano, M. y Ramos, N. (2007), en el estudio: “RENDIMIENTO ACADÉMICO Y ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA E.A.P. DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN (SEMESTRE I-2006), Perú; se ha encontrado que la presencia de temblores en el alumno, su inseguridad manifiesta, su sentido de poca utilidad, o que la vida no tiene sentido, la percepción de su imagen y los conflictos con alguna

persona se relacionan muy estrechamente con el Rendimiento Académico.

Según Valladolid, J. (2007), en su estudio: “ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS SEGÚN EL MODELO DE LAZARUS Y FOLKMAN MODIFICADO Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE HUMANIDADES, CIENCIAS DE LA SALUD E INGENIERÍA”, Trujillo; realizado en la Universidad Privada Antenor Orrego, concluye que se encontró diferencias altamente significativas en el Rendimiento Académico por carrera y sexo; sin embargo, en los que respecta a la edad, no se encontraron diferencias resaltantes.

Reyes Tejada (2000), realizó una investigación en la que busca establecer la relación entre el rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el autoconcepto y el asertividad en estudiantes del primer año de psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNMSM). En los resultados se halló una correlación muy significativa entre el rendimiento del alumno y variables como autoconcepto académico, el autoconcepto familiar y el rasgo de sumisión-dominancia, siendo esta última correlación negativa. Finalmente, la investigación nos muestra que el autoconcepto académico es un buen predictor del rendimiento de los alumnos.

C. Enunciado del problema:

¿De qué manera se relacionan el estrés con el rendimiento académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014?

1. Hipótesis:

Hi : Existe relación significativa entre estrés y el rendimiento académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.

Ho: No existe relación entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.

2. Objetivos:

2.1. General:

Determinar de qué manera están relacionados el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología-Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.

2.2. Específicos:

- Determinar el grado de Estrés de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.
- Establecer el nivel de Rendimiento Académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.
- Determinar si existe relación entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología-Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.

3. Marco teórico:

A. Estrés:

a. Antecedentes históricos:

El concepto de Estrés se remonta a la década de 1930, cuando un joven austriaco de 20 años de edad, estudiante de segundo año de la carrera de medicina en la Universidad de Praga, Hans Selye, hijo del cirujano austriaco Hugo Selye, observó que todos los enfermos a quienes estudiaba, indistintamente de la enfermedad propia, presentaban síntomas comunes y generales: cansancio, pérdida del apetito, baja de peso, astenia, etc. Esto llamó mucho la atención a Selye, quien lo denominó el “Síndrome de estar Enfermo” (Ortega, 2015).

Hans Selye se graduó como médico y, posteriormente, realizó un doctorado en química orgánica en su Universidad. A través de una beca de la fundación Rockefeller, se trasladó a la Universidad Jhon Hopkins en Baltimore EE.UU., para realizar un post doctorado. Cuya segunda mitad efectuó en Montreal Canadá en la Escuela de Medicina de la Universidad MC Hill, donde desarrolló sus famosos experimentos del ejercicio físico extenuante con ratas de laboratorio; que comprobaron la elevación de las hormonas suprarrenales (ACTH, adrenalina y noradrenalina), la atrofia del sistema linfático y la presencia de úlceras gástricas. Al conjunto de estas alteraciones orgánicas el Dr. Seyle denominó “estrés biológico” (Naranjo, 2008).

Seyle consideró entonces que varias enfermedades desconocidas como las cardiacas, la hipertensión arterial y los trastornos emocionales o mentales no eran sino la resultante de cambios fisiológicos resultantes de un prolongado Estrés en los órganos de choque mencionados y que estas alteraciones podrían estar predeterminadas genética o constitucionalmente.

Sin embargo, al continuar con sus investigaciones, integró a sus ideas, que no solamente los agentes físicos nocivos actuando directamente sobre el organismo animal son productores de Estrés, sino que, además, en el caso del hombre, las demandas de carácter social y las amenazas del entorno del individuo que requieren de capacidad de adaptación provocan el trastorno del Estrés. A partir de ahí, el Estrés ha involucrado en su estudio la participación de varias disciplinas médicas, biológicas y psicológicas con la aplicación de tecnologías diversas y avanzadas (Ortega, 2015).

b. Definición del estrés:

Hace más de medio siglo, Hans Seyle definió el Estrés ante la Organización Mundial de la Salud como: “La respuesta no específica del organismo a cualquier demanda del exterior “. El término proveniente del idioma inglés ha sido incorporado rápidamente a todos los idiomas, nombre y concepto se han alojado fácilmente en la conciencia popular (Castillo, 2014).

También el Estrés es considerado como un conjunto de reacciones que el individuo desarrolla frente a una situación, estímulo que exige un esfuerzo de adaptación, de modo que un factor estresante es aquel estímulo que va a provocar un estado de cambio en el individuo, entre estos factores tenemos: factor biológico psicológico y sociocultural.

“Al realizar un análisis más detallado de la causa generadora de Estrés, observamos que está centrada en dos factores: esfuerzo realizado – resultado obtenido.

En acontecimientos cotidianos, cuando se producen situaciones en las que entre ambos factores existe poca desproporción, el estado resultante puede ser evaluado por el sujeto como el

desafío, así a mayor esfuerzo se espera obtener mejor resultado (Seron, 2006).

Cuando la desproporción se produce a favor de un menor esfuerzo y unos mejores resultados, en la mayoría de las personas la vivencia obtenida es satisfactoria produciéndose un efecto positivo sobre su autoconcepto y sobre su autoestima”. Sin embargo ante las situaciones en las que la desproporción juega en contra del esfuerzo realizado y no se alcanzan los objetivos propuestos, ocurre un periodo en el que el sujeto experimenta sentimientos y comportamientos que indican compromiso en el autoconcepto y la autoestima, éste pone en marcha sus recursos personales y sociales disponibles para modificar la situación y resolverla, se produce un agotamiento físico y emocional que comporta al desarrollo de actitudes negativas, hacia el trabajo, tales como pérdida de la capacidad de relación y de la motivación progresa en ocasiones hacia sentimientos de inadecuación y fracaso (Seron, 2006).

c. Fisiopatología del estrés:

En la descripción de la enfermedad se identifican, por lo menos, las siguientes tres fases en el modo de producción del estrés:

- **Reacción de alarma:**

El organismo, amenazado por las circunstancias fisiológicamente por la activación de una serie de glándulas, especialmente en el Hipotálamo y la Hipófisis, ubicadas en la parte inferior del cerebro; y por las glándulas suprarrenales localizadas sobre los riñones en la zona posterior de la cavidad abdominal (Pereyra, 2010).

El Cerebro, al detectar la amenaza o riesgo, estimula al Hipotálamo quien produce “factores liberadores” que constituyen sustancias específicas que actúan como mensajeros para zonas corporales también específicas.

Una de estas sustancias es la hormona denominada A.C.T.H. (Adrenal Cortico Trophic Hormone) que funciona como un mensajero fisiológico que viaja por el torrente sanguíneo hasta la corteza de la glándula suprarrenal, quien bajo el influjo de tal mensaje produce la cortisona u otras hormonas llamadas corticoides. A su vez otro mensaje que viaja por la vía nerviosa desde el Hipotálamo hasta la Médula Suprarrenal, activa la secreción de Adrenalina. Estas hormonas son las responsables de las reacciones orgánicas en toda la economía corporal.

- **Estado de resistencia:**

Cuando un individuo es sometido en forma prolongada a la amenaza de agentes lesivos físicos, químicos, biológicos o sociales el organismo si bien prosigue su adaptación a dichas demandas de manera progresiva, puede ocurrir que disminuyan sus capacidades de respuesta debido a la fatiga que se produce en las glándulas del Estrés. Durante esta fase suele ocurrir un equilibrio dinámico u homeostasis entre el medio ambiente interno y externo del individuo. Así, si el organismo tiene la capacidad para resistir mucho tiempo, no hay problema alguno, en caso contrario sin duda avanzará a la fase siguiente (Pereyra, 2010).

- **Fase de agotamiento:**

La disminución progresiva del organismo frente a una situación de estrés prolongado conduce a un estado de gran deterioro con pérdida importante de las capacidades fisiológicas y con ello sobreviene la fase de agotamiento en la cual el sujeto suele sucumbir ante las demandas pues

se reducen al mínimo sus capacidades de adaptación e interrelación con el medio.

El Estrés también puede ocasionar una serie de perturbaciones sobre los procesos cognitivos superiores (atención, percepción, memoria, toma de decisiones, juicios, etc.). Y un deterioro del rendimiento en contextos académicos o laborales (Pereyra, 2010).

d. Tipos de estrés:

- **El Distress (Estrés malo):** En el cual hay mantenimiento de la tensión. Los músculos y órganos envían señales al cerebro de incomodidad y fastidio hay falta de confianza e inseguridad, mantenimiento creciente del estado de alerta, incomodidad física y tensión mental, pensamiento negativo y desconcentración. El resultado es el miedo al fracaso (tensión), la salud empeora y el rendimiento disminuye (Fibromialgia, 2016).
- **El Estrés (Estrés bueno):** Presenta un alivio de la tensión, la presión induce a la acción alejamiento de la amenaza y tensión, hay una recompensa física y psicológica, aumenta la confianza y seguridad, el funcionamiento de la persona es óptimo y se mejora la capacidad de pensamiento y atención. Por lo tanto, existe un afán de triunfo (satisfacción), buena salud y capacidad productiva (Fibromialgia, 2016).

e. Factores que generan el estrés:

Un factor estresante se puede definir como un estímulo dañino o amenazante que puede suscitar una respuesta, al Estrés. Puede ser real o potencial, biológico, físico, químico, psicológico, social, cultural (Inga, 2009).

Los factores estresantes crean mayores exigencias adaptivas en los individuos. Se definirán los siguientes factores del Estrés:

+ Factores biológicos:

Son aquellos cambios o modificaciones, por ejemplo: sexo, edad, enfermedad, accidentes. Las mujeres sienten mayor agotamiento emocional y una menor realización personal en comparación con los hombres (Seron, 2006). El Estrés en el sexo femenino se expresa más en la esfera afectiva, en tanto que el sexo masculino se expresa más en la esfera conductual; en relación a la edad, se encuentra en condiciones óptimas para la maduración a partir de su desarrollo. Las características de su estilo de vida y comportamiento pueden afectar su equilibrio personal, en esta medida, el Estrés afecta directamente este equilibrio como una consecuencia de factores externos al organismo.

+ Factores psicológicos:

Se refiere a aquellas características de los diferentes tipos de la personalidad, que al desencadenarse una situación de Estrés va a ocasionar también daño psicológico; por ejemplo: sentimientos de inferioridad, dificultad para controlar situaciones problemáticas, temor al error, inseguridad, trastornos de ansiedad, depresión, mayor dificultad de concentración y memoria, deterioro de la capacidad del juicio y razonamiento, desmotivación, aislamiento entre otros.

“Se encuentran personas propensas al Estrés, aquellas que se caracterizan por estar irritables, agresivos, impulsivos y competitivos, ya sea en su medio ambiente y con ellos mismos y sus relaciones interpersonales son problemáticas, también existen personas que interiorizan su

respuesta al Estrés; que se caracterizan por ser pasivos, resignados y apacibles, extremadamente cooperadores, sumisos y conformistas, siempre controlando las experiencias de hostilidad y deseosos de aprobación social finalmente las personas que son tranquilas(os), confiadas(os), relajadas(os), abierto a las emociones, se caracterizan por ser antisociales”.

Factores socioculturales:

Son elementos presentes tanto en el ambiente físico como en el sociocultural, donde se desenvuelve la persona, tanto en la familia, estudio y ambiente laboral, también están comprendidas características de clase social, migración y académico que contribuyen a generar Estrés, ejemplo: factores sociales: responsabilidad en un grupo, cambio de domicilio, hacinamiento, conflictos interpersonales, fuerzas económicas; factores culturales: preparación académica, desconocimiento de panorama social y cultural, cambio de hábitos y costumbres.

La capacidad estresante de estos factores está determinada por una parte, por la valoración subjetiva que realiza la propia persona en función de su nivel individual de tolerancia a los estímulos estresante, y por otra parte, por la intensidad o grado de tensión bajo la que deba funcionar, así por ejemplo, buena parte del Estrés es auto inducido como en el caso de la gente que lleva una carga mayor a la que puede tolerar, que reacciona de manera muy pesimista ante los hechos o que se mezcla en situaciones que desde el inicio, sabía que estaban destinadas al fracaso.

El hombre o individuo aprende sus pautas de conducta dentro de una familia influida por las pautas de una cultura influenciada por factores económicos, sociales,

políticos, culturales, étnicos, religiosos, etc. La familia es el conjunto indivisible de demandas funcionales que organizan los modos en que interactúan sus miembros (Seron, 2006). De otro lado las diferentes situaciones socioeconómicas y su ubicación en áreas rurales y urbanas inciden necesariamente sobre los integrantes de la familia y su dinámica.

Además, damos por entendido que no solamente un ámbito familiar y/o laboral pueden ser fuentes potenciales de Estrés, sino que también debemos tener en cuenta dentro de las responsabilidades familiares o civiles, el Estrés causado por “presiones de estudio”. Esto puede darse más frecuentemente en estudiantes universitarios.

Según Paredes: Los estudiantes universitarios, por lo general, sufren de ansiedad, Estrés, más aun en determinado momento del cursado (época de examen) y situaciones como el ser examinado por un profesor con ciertas características que lleve al estudiante a sentirse presionado o nervioso, los factores ambientales: iluminación adecuada o artificial, el ruido del ambiente así también las actividades en el ambiente laboral: las cargas de trabajo excesiva, autonomía laboral deficiente, ritmo de trabajo apresurado, exigencias excesivas de desempeño, responsabilidades importantes todo esto genera insatisfacción, tensión, disminución del Autoestima, sensación de amenaza de acuerdo con la valoración y las características de las personas (Egglee, 2012).

El grado en que los factores estresantes afectan al organismo depende de varios aspectos: número de

factores estresantes, edad, estado físico, hábitos, personalidad, antecedentes patológicos, experiencias previas con el Estrés y mecanismos de compensación.

f. Manifestaciones del estrés:

Algunos estímulos tienen significación amenazante para el individuo quien debe reaccionar para superarlos. El fracaso en el enfrentamiento determina consecuencias negativas, produciéndose el Estrés. Es el conjunto de signos y síntomas que se presentan ante una determinada situación de Estrés, estas son: la ansiedad, depresión, fatiga, llanto, intranquilidad, baja autoestima, nerviosismo, irritabilidad, falta de decisión, disminución del cuidado personal, frustraciones frecuentes, incapacidad de relajarse o descansar, insomnio, olvidos frecuentes, falta o exceso de apetito, problemas digestivos, sensación de que todo es una sobrecarga, actitud de falta de cooperación, falta de concentración, taquicardia, palpitaciones, dolor de cuello y músculos del hombro, autocrítica, pesimismo, trastornos menstruales (Barquero, Pascual , & Gonzalez, 2015). Algunas patologías relacionadas al Estrés negativo son: el asma, migraña, cefalea, espasmos faciales, musculares, gastritis, úlceras, depresión, angustia, fatiga constante, bulimia, adicciones, diabetes, enfermedades cardiacas y cerebrovasculares, entre otros.

g. Técnicas de manejo del estrés:

✚ Técnicas que actúan sobre el ambiente que genera estrés:

1. Modificaciones del ambiente: consiste en realizar cambios ambientales para disminuir el Estrés.
2. Programación del tiempo: consiste estimarse una parte del tiempo para adaptarse a un factor que produce Estrés, esto reduce la ansiedad, urgencias.

3. Administración del tiempo: planificar estrategias, controlando el Estrés y ahorrar tiempo.
4. Aclaración de valores: consiste en elegir valores e integrarlos al estilo de vida, de modo que los actos sean compatibles con ellos, esto ayuda a disminuir el estrés causado por metas que se han alcanzado.
5. Evitación y regulación del Estrés: deben evitarse cambios innecesarios en periodos de mucho Estrés.

Técnicas que actúan sobre el cambio:

1. Ejercicios: reduce la fatiga excesiva, la tensión nerviosa generada por el Estrés psicológico y la depresión, por ejemplo: nadar, trotar, danzar.
2. Sueño: la meditación tiene propiedades anti estrés que estimulan el sueño, pero no deben realizarse antes de ir a la cama.

Técnica de relajación-respiración abdominal:

Las personas que sufren Estrés tienden a respirar superficialmente, esto produce tensión muscular, esta respiración se debe realizar de 5 a 10 minutos una o dos veces al día, sentado, con la espalda erecta, primero se expande el abdomen y luego el tórax, por último, los hombros, se exhala lentamente por la boca (Seron, 2006).

1. Relajación progresiva: consiste en contracción y relajación muscular conscientes, desde la cabeza hasta los dedos del pie.
2. Masaje: fomenta la relajación, flexibilidad, constituye una forma pasiva de ejercicio.

Técnicas que actúan sobre las emociones:

1. Asertividad: significa pensar en términos de metas y actuar de acuerdo a valores propios.

2. Meditación: se refiere a la reflexión y los razonamientos contemplativos y la comunicación con el yo.

B. Rendimiento académico:

El Rendimiento Académico en Universidades Latinoamericanas en general y peruanas en particular es bastante deficiente. El Rendimiento Académico, es una variable multicausada, integrada por variables provenientes del propio alumno, docente y contexto (Seron, 2006).

La psicología educativa acepta que el proceso de enseñanza-aprendizaje genera sentimientos de ansiedad, Estrés, depresión ya que empieza con un momento de excitación, cuando el sujeto se siente impresionado ante una experiencia desconocida, hay una actitud interrogativa, despierta su voluntad de saber y conocer, se origina e intensifica la tensión.

“El rendimiento académico es fruto del esfuerzo y capacidad del trabajo del estudiante, de horas de estudio, competencias y entrenamiento para la concentración, de todo esto es verdad sin embargo también hay otras muchas variables como el entorno relacional, medio interno que inciden en el Rendimiento Académico”

“Rendimiento significa producción de una cosa en actividad”. Para Emiliano Romero: “la evaluación del Rendimiento es cualitativa y cuantitativas, es cualitativa cuando se aprecia subjetivamente los resultados de la educación, es cuantitativa cuando mide subjetivamente al juicio de la realidad que arroja las pruebas. (García L., 2004).

“Rendimiento es el resultado del aprendizaje, expresado en términos de conducta, en función de las metas educacionales (normas), y de los

factores psicosociales condicionantes (hechos), para cumplir con este proceso es necesario que el estudiante esté motivado para aprender, que sea capaz de aprender que este es un entorno social y académico que favorezca el aprendizaje y que la enseñanza resulta asequible, comprensible y efectiva” (Enriquez, 1998).

“La evaluación del Rendimiento Académico se realiza no solo para conocer lo que los alumnos han asimilado en determinado periodo de aprendizaje, sino y también para apreciar la capacidad de los alumnos, la bondad de las actividades, de los métodos, programas, materiales de enseñanza, preparación e interés de los profesores la organización de la escuela; con el objeto de mejorar y remediar las deficiencias que pudiera existir (Jimenez, 1990).

“Es necesario destacar que el Rendimiento Académico no está determinado solamente por las experiencias de aprendizaje y a la calidad de enseñanza brindada, intervienen factores relacionados con las características del estudiante biológicas, psicológicas, familiares”. (Rivero, 1998).

III. MATERIALES Y PROCEDIMIENTOS:

1. Material:

A. Tipo de Investigación:

Descriptiva correlacional.

B. Población:

La población estuvo integrada por la totalidad de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.

a. Criterios de Selección:

✚ Criterios de Inclusión:

- Estudiantes que no hayan sido inhabilitados en el VI ciclo, de la Escuela Profesional de

Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.

- Estudiantes que cursan por primera vez el VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.

✚ **Criterios de exclusión:**

- Estudiantes que hayan sido inhabilitados en el VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.
- Estudiantes que no cursan por primera vez el VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.

C. Muestra:

La investigación se realizó con un tamaño muestral, el cual fue dado por el número de estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014; y los cuales cumplieron con los criterios de selección. Para la cual se aplicó la fórmula que corresponde a estudios descriptivos con el de accionales transversales.

D. Unidad de análisis:

Alumno de VI ciclo de Estomatología de la Universidad Privada Antenor Orrego.

Muestra preliminar:

La Fórmula para Poblaciones Finitas, se expresa:

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

Donde:

$N = 120$

$Z = 1.96$ Valor de la distribución normal para una seguridad del 95%

$P = 0.25$ Proporción de estudiantes con Estrés.

$1-P = 0.75$ Proporción de Estudiantes sin estrés.

$E = 0.05$ Error tolerable.

Luego:

$$n = \frac{1.96^2 \cdot (0.25) \cdot (0.75) \cdot 120}{0.05^2 (120 - 1) + 1.96^2 \cdot (0.25) \cdot (0.75)} = 85$$

Por lo tanto, el tamaño de la muestra es de 85 **estudiantes**

E. Método de selección:

Muestreo probabilístico.

F. Recolección de datos:

- Primero se aplicó un Test de Estrés Académico que fue validado por expertos, a cada estudiante que cumplió con los criterios de inclusión requeridos en el presente estudio de investigación, cuyo objetivo fue determinar el Grado de Estrés de cada estudiante del VI Ciclo de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Privada Antenor Orrego.

Variable independiente: Estrés académico

Alto: 40-60
Medio: 25-39
Bajo: 10-24

Variable dependiente: Estrés

El test contuvo 15 ítems dividido en

- a. Reacciones Físicas
- b. Reacciones Psicológicas
- c. Manifestaciones comportamentales

Este instrumento constó de indicadores para elegir las situaciones en la que los estudiantes se han identificado:

1. Nunca
2. Algunas Veces
3. Casi Siempre
4. Siempre

- A continuación, para conocer el Rendimiento Académico de cada estudiante que cumpla con los criterios de inclusión requeridos en el estudio, se utilizó sus promedios ponderados en el Semestre 2014- II; que fue facilitado por la secretaría de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Privada Antenor Orrego.

Niveles para el Rendimiento académico:	
0 -10	Deficiente
11 - 14	Regular
15 - 20	Logrado

1.1. Procedimiento y análisis estadístico:

Los datos consignados a partir de la recolección fueron procesados de manera automatizada con el paquete estadístico SPSS for Windows versión 13.0 y para la presentación de cuadros y gráficos se utilizó

patrones de una o dos entradas, así como tablas con medias y desviaciones estándar.

El análisis estadístico de la relación entre el estrés y el rendimiento académico se realizó con el test Chi-cuadrado de independencia de criterios. La significancia estadística se considerará a partir del 5% de probabilidad ($p < 0.05$).

Se utilizó la prueba R- Pearson y la prueba T- Student para ver su significancia.

1.2. Operacionalización de las variables:

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	INDICADORES	ESCALA	INSTRUMENTOS
<p>VARIABLE INDEPENDIENTE: Rendimiento Académico.</p>	<p>Es una medida de las capacidades aprendidas del estudiante como consecuencia de un proceso de instrucción y formación.</p>	<p>Operacionalmente el rendimiento académico se medirá de los promedios ponderados obtenidos por los estudiantes en el semestre que será proporcionado por registro técnico de la universidad</p>	<p>Notas obtenidas en las asignaturas de: -Operatoria dental II -Endodoncia II -Cirugía bucal II -PPR II -Prótesis fija II.</p>	<p>Intervalo</p>	<p>Promedios ponderados del semestre proporcionado por registro técnico de la universidad.</p>
<p>23</p> <p>VARIABLE DEPENDIENTE: Estrés.</p>	<p>Respuesta inespecífica del organismo, ante un estímulo inespecífico</p>	<p>Conjunto de reacciones físicas, psicológicas y comportamentales que puede experimentar el organismo a través del estrés</p>	<p>-Reacciones físicas -Reacciones psicológicas -Manifestaciones comportamentales</p>	<p>intervalo</p>	<p>Test</p>

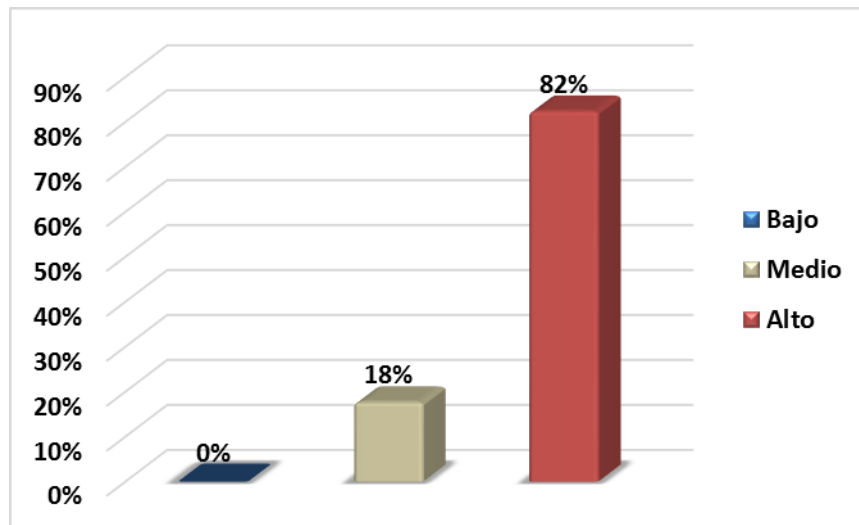
IV.RESULTADOS

Tabla 1: Nivel grado de Estrés de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.

	N	%
Bajo	0	0%
Medio	15	18%
Alto	70	82%
Total	85	100%

Fuente: Datos obtenido de la Escuela Profesional de Estomatología

Grafico 1: Nivel grado de Estrés de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.



Fuente: Datos de la tabla 2

Interpretación:

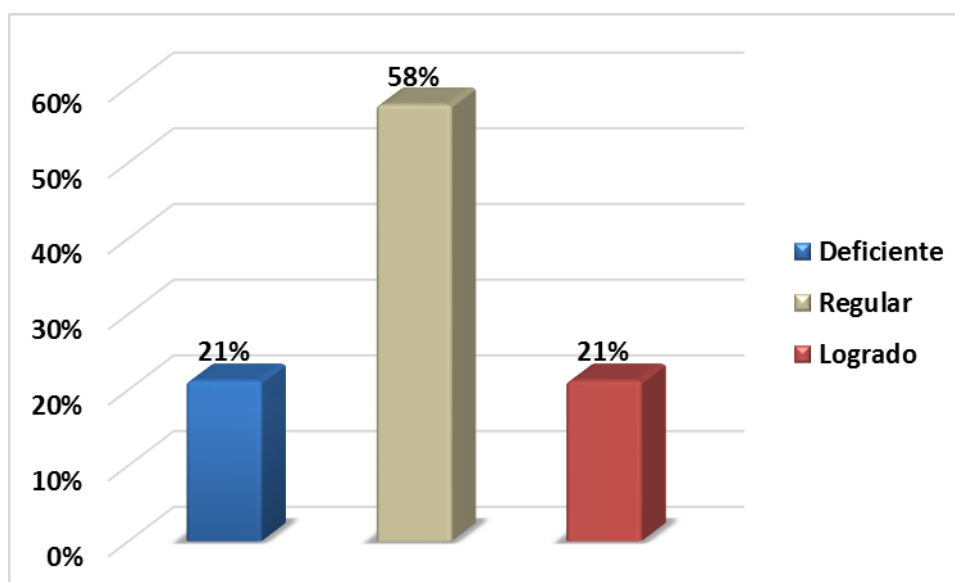
De los datos obtenidos, de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014, tienen un grado de estrés alto con un 82%, seguidamente de un grado medio del 18%.

Tabla 2: Nivel de Rendimiento Académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.

	N	%
Deficiente	18	21%
Regular	49	58%
Logrado	18	21%
Total	85	100%

Fuente: Datos obtenido de la Escuela Profesional de Estomatología

Grafico 2: Nivel de Rendimiento Académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.



Fuente: Datos de la tabla 3

Interpretación:

De los datos obtenidos, de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014, tienen un nivel de rendimiento académico de un nivel regular de 58%, seguidamente de un nivel deficiente del 21% y un nivel logrado del 21%.

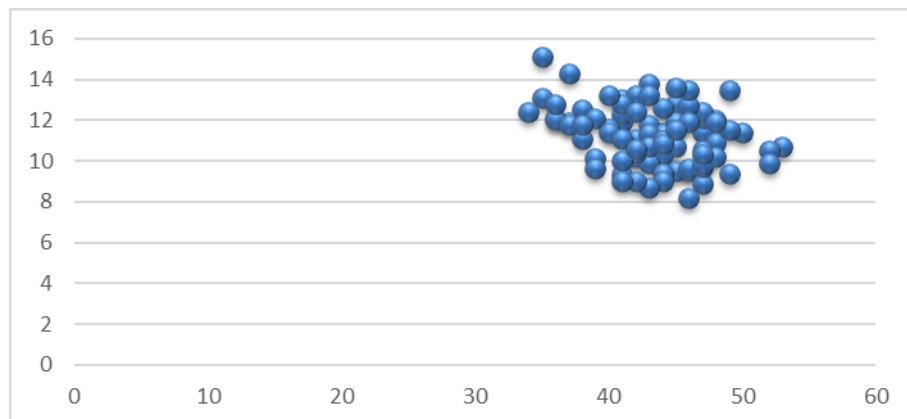
Tabla 3: Relación entre Estrés y el Rendimiento Académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología-Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.

		Estrés	Rendimiento Académico
Estrés	Correlación de Pearson	1	-,323**
	Sig. (bilateral)		.003
	N	85	85
Rendimiento Académico	Correlación de Pearson	-,323**	1
	Sig. (bilateral)	.003	
	N	85	85

****.** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Fuente: Datos obtenido de la Escuela Profesional de Estomatología

Grafico 3: Relación entre Estrés y el Rendimiento Académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología-Universidad Privada Antenor Orrego, 2014.



Fuente: Datos de la tabla 3

Interpretación:

De los datos obtenidos, si existe una relación entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología-Universidad Privada Antenor Orrego, siendo el valor de $P = 0.003$ y una correlación negativa del $-0,323$ dando a entender que estas dos variables son inversamente proporcionales.

Tabla 4: Relación entre Estrés y el Rendimiento Académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología-Universidad Privada Antenor Orrego, 2015.

		Estrés		
		Bajo	Medio	Alto
Rendimiento Académico	Deficiente	0	1	17
		0%	6,7%	17.2%
	Regular	0	11	38
		0%	73.3%	59.4%
	Logrado	0	3	15
		0%	20.0%	23.4%

Fuente: Datos obtenido de la Escuela Profesional de Estomatología

Interpretación:

De los datos obtenidos, la relación que existe en mayor porcentaje es de un estrés alto con un rendimiento académico regular con un 59.4%, así mismo el 73.3% siendo un nivel de estrés medio con un rendimiento académico regular.

Contrastación de Hipótesis.

	Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)	Punto critico
Chi-cuadrado de Pearson	1.33 ^a	2	.016	0.5141

$$X^2 = \sum \frac{(o_i - e_i)^2}{e_i} = 1.33$$

$$X^2 = 1.33 \text{ (No es significativo)}$$

$$P = 0.003 < 0.05$$

Interpretación: En la tabla y gráfico anterior observamos que la Prueba Chi calculado se ubica en la región de rechazo de la hipótesis nula; por ello se decide aceptar la hipótesis alternativa $H_A: r_{xy} \neq 0$ y rechazar la hipótesis nula $H_0: r_{xy} = 0$; los resultados demuestran que no existe relación significativa entre Estrés y el Rendimiento académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, 2014. a un nivel de significancia del 5%.

V. DISCUSIÓN:

En la investigación realizada, el grado de estrés que presenta los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, en la tabla 2, es de un grado alto del 82.% (70 estudiantes), seguidamente el 18% (15 estudiantes) con un grado de estrés medio, concordando con el estudio realizado por Vallejo, L. (2011), que encontró que a mayor nivel de estrés académico, corresponden más síntomas, y mayor aplicación de estrategias de afrontamiento ante los estresores percibidos; siendo las mujeres las que perciben más estrés académico. Según Hernández (2011), en su trabajo “Influencia del estrés sobre el rendimiento académico en los alumnos del colegio de Bachilleres de la Comunidad de Angahuan” el nivel estrés es alto, obteniendo un resultado que el estrés si influye significativamente en el rendimiento académico. En cuanto a Monzón (2012), el nivel de estrés alcanzado en los estudiantes de Psicología es alto, perjudicando en su mayoría al 60% de los estudiantes en su rendimiento académico.

El nivel de rendimiento académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, en la tabla 3, tiene un nivel regular del 58% (49 estudiantes) y un nivel deficiente y logrado con 21% cada uno respectivamente con (18 estudiantes), llegando a estar de acuerdo con el autor: Valladolid, J. (2007), que encontró diferencias altamente significativas en el Rendimiento Académico por carrera y sexo; sin embargo, en los que respecta a la edad, no se encontraron diferencias resaltantes. Así mismo también, Casuso (2011), los estudiantes universitarios analizados forman un grupo con un muy alto rendimiento académico. Se ha observado, que, en términos generales, estos estudiantes superan entre el 86% y el 91% de los créditos de los que se examinan (tasa de éxito) y entre el 76% y el 81% del total de créditos matriculados (tasa de rendimiento).

En cuanto a la tabla 4, la relación entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego, si existe una correlación con un valor de $P = 0.003$ y una correlación negativa del $-0,323$ dando a entender que estas dos variables son inversamente proporcionales. Por otro lado, en la tabla 5, la relación que existe en mayor porcentaje es de un estrés alto con un rendimiento académico regular con un 59.4% , así mismo el 73.3% siendo un nivel de estrés medio con un rendimiento académico regular. Así mismo se contrasta en la hipótesis el cual si existe una asociación entre ambas variables con un valor de Chi cuadrado de 1.33 y con un valor de $P = 0.016$, a un nivel de significancia del 5% .

De igual modo, según Solórzano, M. y Ramos, N. (2007), halló la percepción de su imagen y los conflictos con alguna persona se relacionan muy estrechamente con el Rendimiento Académico. También Reyes (2000), en su relación del rendimiento académico y la ansiedad ante examen existe una relación negativa, esto nos da a conocer que son inversamente proporcionales entre ellos de igual modo que el resultado que se obtuvo.

VI. CONCLUSIONES

Se concluye que:

El grado de estrés en los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego; es de nivel alto alcanzando un 82%.

El nivel de rendimiento académico, de los en los estudiantes del VI ciclo, de la Escuela Profesional de Estomatología - Universidad Privada Antenor Orrego; el nivel alcanzado es regular, del 58%.

La relación entre el estrés y el rendimiento académico es una correlación negativa de -0,323 con un valor de $P = 0.003$ siendo inversamente proporcional. Así mismo contrastando la hipótesis con un valor de la Chi cuadrado del 1.33; aun nivel de significancia del 5%.

VII. Recomendaciones

Se recomienda que:

La información obtenida sea brindada a las autoridades de la institución educativa para su conocimiento y apoyo a los estudiantes.

Sugerir se apliquen talleres de relajación y actividades extracurriculares para el manejo del estrés.

Promover estrategias didácticas para mejorar el rendimiento académico, en los estudiantes.

VIII. Referencias Bibliográficas:

- Barquero, A., Pascual , L., & Gonzalez, J. (2015). Estrés percibido por el alumnado de nuevo ingreso al Grado en Enfermería . Huelva: Universidad de Huelva.
- Castillo, Y. (2014). Analisis del estres y trabajo, segun la OIT. Republica dominicana.
- Eglee, L. (2012). Estres academico en estudiantes de la facultad de farmacia y bionalisis. Venezuela: Universidad de los Andes .
- Enriquez, V. (1998). Relación entre autoconcepto, ansiedad ante exámenes y Rendimiento académico en estudiantes de secundaria de Lima. Lima: Universidad Inca Gracilazo de la Vega.
- Fibromialgia. (2016). Estres. Chile.
- Garcia , L. (2004). Factores cognitivos, motivacionales y autoconcepto en relación al rendimiento académico en alumnos de quinto año de secundaria de colegios estatales de Lima Metropolitana. Lima.
- Garcia, A. (2011). Efectos del estres percibido y las estrategias de aprendizaje cognitivas en el rendimeinto academico de estudiantes universitarios noveles de ciencias de la salud . Malaga - España: Universidad de Malaga.
- Inga, J. (2009). Nivel de vulnerabilidad frente al estrés en estudiantes del primer año de enfermería, UNMSM, 2008 . Lima - Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Jimenez, W. (1990). Psicología Educativa. Lima - Peru.
- Naranjo, M. (2008). El Estres. Mexico.
- Ortega, J. (2015). Medicina Laboral . Argentina: Estructplan On Line.

- Pereyra, M. (2010). Estres y salud. En L. Oblitas, *Psicología de la salud y calidad de vida*. Argentina: Universidad Adventista de la Plata.
- Rivero, R. (1998). Implicancias del proceso de adquisición cognitiva, interés vocacional, inteligencia y expectativas hacia la profesión y su relación con el rendimiento académico del alumno de la escuela de Enfermería de la marina. Lima.
- Seron, N. (2006). Relacion que existe entre factores estresantes y rendimiento academico de los estudiantes de Enfermeria de la UNMSM. Lima - Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos .
- Solorzano , M., & Ramos , N. (2007). Rendimiento academicoy estres academico de los estudiantes de la E.A.P. de enfermeria de la Universidad Peruana Union (Semestre I 2006). Perú: Universidad Peruana Union .
- Valladolid, J. (2007). Estretagias de afrontramiento del estres segun el modelo de Lazurus y Folkman modificado y el rendimiento academico en estudiantes de humanidades, ciencias de la salud e ingenieria. Trujillo: Universidad Privada Antenor Orrego.
- Vallejo, L. (2011). Relacion entre estres academico y rendimiento academico en estudiantes de la carrera quimica farmaceutica - biologica de la UNAM. Mexico: Universidad Pedagogica Nacional Psicologica Educativa.

ANEXOS

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO

**ESCUELA DE POSTGRADO
SECCIÓN DE POSTGRADO EN EDUCACIÓN**

TEST DE ESTRÉS ACADÉMICO

ID:

El presente cuestionario tiene como objetivo principal identificar las características del Estrés que suele acompañar a los estudiantes del VI ciclo de la Escuela de Estomatología de la Universidad Privada Antenor Orrego, durante sus estudios.

La sinceridad con que responda a los cuestionarios será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales.

REACCIONES FÍSICAS	(1) Nunca	(2) Algunas veces	(3) Casi siempre	(4) Siempre
Sobrecarga de tareas y/o trabajos le genera trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).				
La sobrecarga de horarios en la clínica, clases teóricas y de laboratorio, le genera fatiga crónica (cansancio permanente).				
Las evaluaciones de los docentes (exámenes, pasos escritos trabajos de investigación, etc.).				
El tipo de trabajo que te piden los docentes (consulta de temas, record de tratamientos, ensayos, mapas conceptuales, etc.). Le genera somnolencia o mayor necesidad de dormir.				
No entender los temas que se abordan en la clase, le provocan tensión o preocupación.				
Tiempo limitado para hacer los trabajos, le genera algún tipo de estrés.				

REACCIONES PSICOLÓGICAS	(1) Nunca	(2) Algunas veces	(3) Casi siempre	(4) Siempre
Con que frecuencia experimentó Ud. Inquietud (incapacidad de relajarse y/o estar tranquilo).				
Con que frecuencia muestra Ud. problemas de concentración en clase.				
Con que frecuencia presenta Ud. Ansiedad, desesperación por no poder participar en clase.				
Con que frecuencia Ud. experimentó Sentimientos de depresión y tristeza (decaimiento).				
Con que frecuencia Ud. experimentó sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.				
MANIFESTACIONES COMPORTAMENTALES	(1) Nunca	(2) Algunas veces	(3) Casi siempre	(4) Siempre
Con que frecuencia manifestó Ud. Aislamiento de los demás.				
Con que frecuencia manifestó Ud. conflictos o tendencia a polemizar o discutir.				
Con que frecuencia manifiesta Ud. Desgano para realizar los trabajos asignados				
Con que frecuencia el estrés le genera aumento o reducción del consumo de alimentos				

ANEXO 03

Puntajes de valoración del estrés con sus dimensiones y del Rendimiento de los estudiantes del VI ciclo de Estomatología de la Universidad Privada Antenor Orrego.

N°	ESTRÉS			Total	Rendimiento
	M. Físicas	R. Psicológicas	M. Comportamentales		
1	15	15	6	36	11.9
2	20	20	12	52	9.5
3	20	12	14	46	9.5
4	19	9	12	40	10.7
5	11	8	8	27	11.1
6	18	14	12	44	8.2
7	20	15	12	47	10.6
8	15	19	9	43	11.3
9	11	16	7	34	12.4
10	11	10	7	28	13.0
11	17	19	11	47	10.2
12	18	12	12	42	10.3
13	21	14	15	50	10.5
14	20	14	13	47	11.9
15	15	8	10	33	12.3
16	23	18	15	56	8.9
17	16	14	9	39	11.4
18	17	12	11	40	11.9
19	17	14	13	44	11.8
20	16	13	11	40	11.6
21	22	19	15	56	9.9
22	18	12	11	41	11.4
23	14	12	9	35	12.1
24	20	18	13	51	9.6
25	17	14	10	41	11.1
26	21	16	13	50	9.4
27	18	13	12	43	12.0
28	20	15	13	48	10.4
29	17	15	11	43	11.3
30	17	13	12	42	12.8
31	20	16	13	49	10.9
32	13	12	10	35	15.1
33	23	18	15	56	9.9
34	19	16	12	47	10.8
35	14	8	10	32	13.5
36	18	15	11	44	11.4
37	17	19	10	46	11.5
38	19	19	14	52	9.0
39	14	11	9	34	12.1

40	16	11	10	37	13.8
41	15	12	11	38	12.5
42	18	14	11	43	11.9
43	17	18	13	48	10.7
44	16	11	10	37	12.4
45	19	16	12	47	11.6
46	16	12	12	40	12.1
47	19	18	12	49	9.7
48	19	16	13	48	10.1
49	22	12	15	49	10.5
50	16	11	9	36	12.7
51	19	14	13	46	11.4
52	19	9	13	41	12.6
53	17	11	12	40	11.3
54	23	17	16	56	8.7
55	21	15	13	49	9.3
56	15	14	8	37	13.1
57	16	10	10	36	11.0
58	22	20	15	57	9.8
59	17	10	10	37	13.2
60	18	15	10	43	10.7
61	19	15	13	47	10.0
62	15	10	8	33	13.1
63	19	14	12	45	11.1
64	17	12	10	39	12.8
65	16	14	9	39	13.2
66	20	17	13	50	9.4
67	17	7	11	35	12.0
68	22	19	15	56	9.0
69	18	10	11	39	13.2
70	19	11	13	43	11.8
71	16	13	9	38	13.5
72	20	15	13	48	11.9
73	20	14	13	47	10.2
74	15	13	8	36	12.8
75	19	10	12	41	9.6
76	15	9	9	33	14.3
77	19	13	13	45	11.8
78	20	10	13	43	10.8
79	21	12	14	47	9.0
80	19	11	10	40	11.5
81	19	13	10	42	10.6
82	21	14	16	51	10.3
83	19	13	10	42	12.4
84	22	14	9	45	13.6
85	21	17	10	48	11.9

