

UNIVERSIDAD DE HUANUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERIA



TESIS

**“ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN
ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SÉPTIMO AL NOVENO CICLO
DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO – 2019”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
ENFERMERÍA**

AUTORA: Montes Godoy, Gabriela Vicenta

ASESORA: Rodriguez De Lombardi, Gladys Liliana

HUÁNUCO – PERÚ

2021

U

D

H

**TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:**

- Tesis (X)
- Trabajo de Suficiencia Profesional ()
- Trabajo de Investigación ()
- Trabajo Académico ()

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN: Promoción salud y prevención de las enfermedades**AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN** (2018-2019)**CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:****Área:** Ciencias médicas, Ciencias de la salud**Sub área:** Ciencias de la salud**Disciplina:** Enfermería**DATOS DEL PROGRAMA:**

Nombre del Grado/Título a recibir: Título

Profesional de Licenciada en Enfermería

Código del Programa: P03

Tipo de Financiamiento:

- Propio (X)
- UDH ()
- Fondos Concursables ()

DATOS DEL AUTOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 76750170

DATOS DEL ASESOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 22404125

Grado/Título: Doctora en ciencias de la salud

Código ORCID: 0000-0002-4021-2361

DATOS DE LOS JURADOS:

Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Palma Lozano, Diana Karina	Maestra en ciencias de la salud con mención en: salud pública y docencia universitaria	43211803	0000-0003-4520-7374
2	Vargas Gamarra, Rosa María	Doctorara en ciencias de la salud	22422556	0000-0002-2639-0153
3	Espinoza Torres, Wilmer Teofanes	Segunda especialidad en enfermería: salud familiar y comunitaria	22513741	0000-0002-9104-7722



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO



FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Huánuco, siendo las 15:00 horas del día 05 del mes de mayo del año dos mil veintiuno, en la plataforma del aula virtual de la Facultad de Ciencias de la Salud en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió mediante la Plataforma Virtual Google Meet el Jurado Calificador integrado por los docentes:

- | | |
|---|-------------------|
| • MG. DIANA KARINA PALMA LOZANO | Presidente |
| • MG. ROSA MARÍA VARGAS GAMARRA | Secretaria |
| • LIC. ENF. WILMER TEOFANES ESPINOZA TORRES | Vocal |
| • DRA. GLADYS LILIANA RODRIGUEZ DE LOMBARDI | (Asesora) |

Nombrados mediante Resolución N° 392-2021-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis intitulado: **"ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEPTIMO AL NOVENO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO - 2019"**, presentada por la Bachiller en Enfermería **Srta. Gabriela Vicenta MONTES GODOY**, para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería.

Dicho acto de sustentación se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas, procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) **aprobada** por **unanimidad** con el calificativo cuantitativo de **quince** y cualitativo de **Bueno**.

Siendo las 16:45 horas del día Miércoles del mes de Mayo del año 2021, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.

PRESIDENTA

SECRETARIA

VOCAL

DEDICATORIA

A mis hermanos y docentes que me brindaron su apoyo en todo momento incondicionalmente; por su dedicación y sacrificio para ser una mejor profesional.

AGRADECIMIENTOS

A Dios por mantenerme con vida y salud para poder desarrollarme espiritualmente.

A la Dra. Gladys Rodríguez de Lombardi, asesora de esta tesis. por su colaboración y acertadas recomendaciones para culminar exitosamente este trabajo investigativo.

A la Universidad de Huánuco, alma mater que me formo profesionalmente en sus claustros y a los docentes que día a día nos brindaron su sabia sabiduría para ser mejores en la vida y también como profesionales siguiendo el ejemplo de las grandes teóricas de Enfermería.

ÍNDICE

DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTOS	III
ÍNDICE	IV
ÍNDICE DE TABLAS	VII
ÍNDICE DE ANEXOS	IX
RESUMEN	X
ABSTRACT	XI
INTRODUCCIÓN	XII
CAPÍTULO I	14
EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	14
1.1. Descripción del problema	14
1.2. Formulación del problema	18
1.2.1. Problema general	18
1.2.2. Problemas específicos	18
1.3. Objetivo general	19
1.4. Objetivos específicos	19
1.5. Justificación del estudio	19
1.5.1. A nivel teórico	19
1.5.2. A nivel práctico	20
1.5.3. A nivel metodológico	20
1.6. Limitaciones de la investigación	20
1.7. Viabilidad de la investigación	20
CAPÍTULO II	21
MARCO TEÓRICO	21
2.1. Antecedentes de la investigación	21

2.1.1.	A nivel internacional	21
2.1.2.	A nivel nacional	22
2.1.3.	A nivel local	24
2.2.	Bases Teóricas	25
2.2.1.	Teoría del estrés de Lazarus.....	25
2.2.2.	Modelo de efecto general y diferencias individuales del estrés y la alimentación	26
2.3.	Definiciones conceptuales	27
2.3.1.	Definición de estrés.....	27
2.3.2.	Fases del estrés	28
2.3.3.	Tipos de estrés.....	28
2.3.4.	Dimensiones del estrés	28
2.3.5.	Definición de estado de nutricional.....	30
2.3.6.	Evaluación del estado nutricional	30
2.3.7.	Indicadores del estado nutricional	31
2.3.8.	Clasificación del estado nutricional	32
2.4.	Hipótesis	33
2.4.1.	Hipótesis general.....	33
2.4.2.	Hipótesis específicas.....	33
2.5.	Identificación de variables.....	33
2.5.1.	Variable Independiente	33
2.5.2.	Variable Dependiente.....	33
2.5.3.	Variables de caracterización	34
2.6.	Operacionalización de variables	35
CAPÍTULO III		37
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN		37
3.1.	Tipo de investigación	37

3.1.1.	Enfoque	37
3.1.2.	Alcance o nivel	37
3.1.3.	Diseño	37
3.2.	Población y muestra	38
3.2.1.	Población	38
3.2.2.	Muestra	39
3.3.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	40
3.3.1.	Para la recolección de datos	40
3.3.2.	Para la presentación de datos.....	47
3.3.3.	Para el análisis e interpretación de datos.....	47
3.4.	Consideraciones éticas de la investigación	48
CAPÍTULO IV.....		49
RESULTADOS.....		49
4.1.	Procesamiento de datos	49
4.2.	Contrastación y prueba de hipótesis.....	55
CAPÍTULO V.....		59
DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....		59
5.1.	Contrastación de resultados	59
CONCLUSIONES		64
RECOMENDACIONES.....		65
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....		67
ANEXOS		78

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Características demográficas de estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.....	49
Tabla 2. Características sociales de estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.	50
Tabla 3. Características académicas de estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.....	51
Tabla 4. Estrés en estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.	52
Tabla 5. Estrés en la dimensión estresores académicos en estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.	52
Tabla 6. Estrés en la dimensión reacciones físicas en estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.	53
Tabla 7. Estrés en la dimensión reacciones psicológicas en estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.	53
Tabla 8. Estrés en la dimensión reacciones conductuales en estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.	54
Tabla 9. Estado nutricional de estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.	54
Tabla 10. Relación entre el estrés y el estado nutricional en estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.	55
Tabla 11. Relación entre el estrés en la dimensión estresores académicos y el estado nutricional en estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.	56
Tabla 12. Relación entre el estrés en la dimensión reacciones físicas y el estado nutricional en estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.	56

Tabla 13. Relación entre el estrés en la dimensión reacciones psicológicas y el estado nutricional de estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.	57
Tabla 14. Relación entre el estrés en la dimensión reacciones conductuales y el estado nutricional de estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.	58

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo N° 1 MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	79
Anexo N° 2 INSTRUMENTOS ANTES DE LA VALIDACIÓN	86
Anexo N° 3 INSTRUMENTOS DESPUÉS DE LA VALIDACIÓN	91
Anexo N° 4 CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	97
Anexo N° 5 CONSTANCIAS DE VALIDACIÓN	99
Anexo N° 6 DOCUMENTO SOLICITANDO PERMISO PARA EJECUCIÓN DE ESTUDIO	105
Anexo N° 7 DOCUMENTO DE AUTORIZACIÓN	106
Anexo N° 8 INFORME DE ORIGINALIDAD	107
Anexo N° 9 CARTA DE CONFORMIDAD DE ASESOR	108

RESUMEN

Objetivo general: Determinar la relación entre el estrés y estado nutricional de los estudiantes de Enfermería. **Métodos:** Se realizó un estudio analítico en 90 estudiantes de séptimo a noveno ciclo de estudios de Enfermería de la Universidad de Huánuco (UDH) utilizando una escala de estrés de académico y una ficha de estado nutricional en la medición de variables. El análisis inferencial se ejecutó con la prueba del Chi Cuadrado con un margen de error estadístico del 5%. **Resultados:** Respecto al estrés, 56,7% de estudiantes evaluados presentaron estrés moderado y 43,3% estrés leve. Asimismo 58,9% tuvieron un estado nutricional normal, 34,4% presentaron sobrepeso y 6.7%. Estadísticamente, se encontró que el estrés tuvo relación significativa con el estado nutricional de la muestra analizada ($X^2 = 8,422$; $p = 0,028$). También se obtuvo relación significativa entre el estrés en la dimensión estresores académicos ($p = 0,023$); reacciones físicas ($p = 0,033$); reacciones psicológicas ($p = 0,012$) y reacciones conductuales ($p = 0,041$) con el estado nutricional de los estudiantes participantes en la investigación. **Conclusiones:** El estrés se relaciona con el estado nutricional de estudiantes de Enfermería. del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco

Palabras clave: *Estrés, Estado Nutricional, Estudiantes de Enfermería*

ABSTRACT

General objective: Determine the relationship between stress and nutritional status of nursing students. **Methods:** An analytical study was conducted in 90 students from the seventh to ninth cycle of nursing studies at the University of Huánuco (UDH) using an academic stress scale and a nutritional status sheet in the measurement of variables. Inferential analysis was performed with the Chi Square test with a statistical error margin of 5%. **Results:** With regard to stress, 56,7% of students evaluated had moderate stress and 43,3% mild stress. In addition, 58,9% had a normal nutritional status, 34,4% had overweight and 6,7%. Statistically, stress was found to be significantly related to the nutritional status in the sample analysed ($X^2 = 8,422$; $p = 0,028$). There was also a significant relationship between stress in the academic stressors dimension ($p = 0,023$); physical reactions ($p = 0,033$); psychological reactions ($p = 0,012$) and behavioral reactions ($p = 0,041$) with the nutritional status of students participating in the research. **Conclusions:** The stress is related to the nutritional status of nursing students. from the seventh to ninth cycle of the University of Huanuco.

Key words: *Stress, Nutritional Status, Nursing Students.*

INTRODUCCIÓN

El estrés es una de las patologías que está teniendo proporciones epidémicas en la mayoría de países del mundo, siendo considerado un problema sanitario de mucha magnitud y relevancia que afecta a la mayoría de las personas, siendo los universitarios uno de los grupos más afectados con esta problemática¹.

Sin embargo, es preocupante identificar que el estrés es un aspecto estudiado en el ámbito universitario, a pesar de su gran relevancia en la población estudiantil debido a la presencia de estresores académicos y otras situaciones estresantes que tienen impactos negativos en sus patrones de vida como la adopción de hábitos alimenticios no saludables que afectan su estado nutricional².

En este contexto, algunos estudios han coincidido en señalar que los estudiantes de Enfermería son los que más altos rangos de estrés presentan por la conjunción de clases teóricas y prácticas clínicas que afectan su integridad emocional, conllevando a que alteren sus patrones alimentarios sin seguir una dieta saludable que provoca el incremento de peso causando problemas nutricionales de sobrepeso u obesidad de prevalencia creciente en el ámbito universitario³.

Por ello este estudio se realizó buscando determinar la relación entre el estrés y estado nutricional de los estudiantes del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco siendo importante porque permite dar a conocer la situación de esta problemática en esta casa superior de estudios permitiendo brindar información relevante para que las autoridades administrativas del programa de estudios de Enfermería puedan implementar estrategias de fomento de comportamientos saludables y programas de cuidado de la salud mental dirigido a los estudiantes para una mejor calidad de vida y fortalecimiento de su desempeño académico.

Bajo esta perspectiva se presenta esta tesis dividida en 5 partes: el capítulo I comprende la descripción narrativa del problema de investigación; el capítulo II abarca el marco teórico que sustenta la realización del estudio, el capítulo III, detalla los aspectos metodológicos del estudio, el capítulo IV evidencia los resultados de la investigación; el capítulo V realiza la

contrastación de resultados con los hallados en otros trabajos de investigación; para posteriormente exponer las conclusiones arribadas en el estudio, las recomendaciones y anexos.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Descripción del problema

Tal como refiere Tasayco⁴ los jóvenes que se encuentran en la educación superior están sometidos a los requerimientos propios de la sociedad contemporánea que causan que sus responsabilidades sean cada vez mayores y estén a diversas fuentes de presión desencadenantes de episodios de estrés en el contexto universitario.

En esta línea Martín⁵ establece que el estrés en los estudiantes es un proceso psicológico que se suscita cuando las demandas del ambiente sobrepasan su capacidad para afrontarlas adecuadamente, señalando que la mayoría de estudiantes reportan haber tenido episodios de estrés durante sus actividades académicas.

Siguiendo esta tendencia Cornejo y Salazar⁶ refieren que los alumnos de las áreas de ciencias médicas y salud son aquellos que experimentan más altos niveles de estrés en las universidades, siendo los estudiantes de Enfermería los que mayores niveles de estrés presentan, estimando que más del 50,0% de alumnos de esta carrera profesional tuvieron algún episodio de estrés.

Arévalo, Pacaya y Arévalo⁷ manifiestan que ello se debe a que los estudiantes de Enfermería están sometidos a la presión de diversos estresores académicos que se agudiza con el desarrollo de las prácticas asistenciales clínicas donde tienden a experimentar situaciones estresantes que afectan su salud, y estándar de vida en el ámbito universitario.

De acuerdo a lo que mencionan De Dios, Varela, Braschi y Sánchez⁸ señalan que los principales factores causales de estrés en estudiantes enfermeros(as) son los exámenes, los trabajos académicos, prácticas clínicas, la relación con los docentes y la incertidumbre hacía su futuro profesional.

En este contexto Pereyra⁹ refiere que el estrés en este grupo estudiantil no solo se manifiesta en la dificultad que experimentan para

afrontar las situaciones estresantes, sino que también en que representa el principal factor para la adopción de hábitos alimenticios no saludables que afectan su estado nutricional

Cervera, Serrano Cruz y Milla¹⁰ sostienen que esto se debe a que en el periodo de formación universitaria se presentan situaciones desencadenantes de estrés permitiendo la adopción de hábitos alimenticios no saludables que favorecen la presencia de alteraciones nutricionales como el sobrepeso y obesidad.

Al respecto Urbanetto; Rocha, Dutra, Maciel, Bandeira y Magnano¹¹ manifiestan que el estrés puede conllevar a que los estudiantes de Enfermería adopten conductas que favorecen la ganancia de peso como el incremento de número de comidas, la compulsión alimentaria, el control inadecuado del apetito y el consumo de comidas rápidas fuera del hogar.

Asimismo, Rivera¹² señala que el estrés académico se caracteriza porque promueve el desarrollo de conductas obesogénicas manifestando que el estrés se asocia con el incremento de alteraciones nutricionales por exceso de peso en la población estudiantil.

La magnitud de la problemática se torna alarmante si se considera que reportes de la Organización Mundial de la Salud (OMS) 2018 citados por Huamán y Bolaños¹³ señalan que cerca del 35,0% de la población universitaria a nivel mundial tiene problemas de exceso de peso; reportando también que dos de cada tres estudiantes tienen problemas de estrés académico.

En América Latina, según reportes mencionados por González, Carreño, Estrada, Monsalve y Álvarez¹⁴ mencionan que el 58,0% de estudiantes universitarios problemas de exceso de peso, mientras que Garay, Santos, Félix, Beltrán y Jiménez¹⁵ refieren que 67,0% de jóvenes presentan de episodios de estrés en sus labores académicas.

En el Perú, según datos estadísticos citados por Acuña, Arías, Chipana, Sifuentes y Quispe¹⁶ establecen que 53,8% de universitarios tienen problemas de sobrepeso u obesidad; y en cuanto al estrés, Campos¹⁷ menciona que 60,0% de estudiantes universitarios reportan haberse sentido estresados.

En este sentido, Gómez y Ortiz¹⁸ explican la asociación de estas variables al señalar que en los individuos que están expuestos a periodos prolongados de estrés se produce una alteración de mecanismos hormonales, cognitivos y conductuales que favorecen el incremento de la grasa corporal y los problemas de exceso de peso.

Cortes, Escobar, Cebada, Soto, Bilbao y Vélez¹⁹ sostienen que ello se debe a que el estrés tiende a incrementar los niveles de cortisol en el organismo provocando un incremento de la hormona insulina que se asocia con un aumento de apetito y consumo mayor de alimentos, que provoca que los universitarios tiendan a presentar problemas de sobrepeso u obesidad.

Esta relación ha sido corroborada en diversos estudios, una investigación realizada por la University College en Londres en el 2017 citados por Ramón, Martínez, Granada, Echaniz, Pellicer y Juárez²⁰ demostró que las personas que padecían de estrés crónico tenían mayor tendencia a tener problemas de obesidad.

Al respecto un estudio realizado por la Clínica Universidad de Navarra en España en el 2016 mencionado por Lecube, Monoreo, Rubio, Martínez, Martí, Salvador et al²¹ reportó que el estrés crónico constituye uno de los factores que mayor implicancia tiene en los problemas de alteraciones nutricionales en la sociedad moderna.

Una investigación realizada en México, en el 2018 por Peña, Priego, Rendón, Martínez y García²² identificó que 63,3% de trabajadores universitarios presentaron estrés moderado, de los cuales 36,8% tuvieron sobrepeso u obesidad, evidenciando la asociación presente entre estas variables.

En Lima, una tesis ejecutada por Ali²⁴ en el 2018 corrobora que 20,2% de estudiantes que tuvieron sobrepeso presentaron estrés severo; y 14,4% que tuvieron un estado nutricional normal presentaron estrés moderado resaltando que los sujetos que tienen mayores grados de estrés presentan más propensión a tener exceso de peso.

En Puno una investigación presentada por Vargas²⁵ en el 2016 identificó que el 61,7% de estudiantes que tuvieron estrés leve presentaron un adecuado estado nutricional; mientras que el 10,3%

que tuvieron estrés moderado presentaron problemas nutricionales de sobrepeso u obesidad.

Un estudio realizado en Tingo María por Fabían¹⁷ evidenció que el 21,2% de estudiantes que presentaron estrés moderado tuvieron problemas nutricionales, evidenciando la asociación entre las variables de análisis.

En esta perspectiva Yenke²⁷ señala que las consecuencias del sobrepeso y la obesidad se manifiesta en las graves repercusiones para la salud de las personas, pues incrementan el riesgo de desarrollo de patologías cardiovasculares, metabólicas y crónicas no transmisibles durante la adultez.

Como medida de afrontamiento de este problema, Castillo y Cutipé²⁸ mencionan que el Ministerio de Salud (MINSA) tiene un programa estratégico de Salud Mental, para prevenir trastornos o patologías que alteren la salud en el aspecto biopsicosocial de las personas y promover la accesibilidad a un adecuado estándar de vida en el ámbito universitario.

En esta misma línea el MINSA citado por Villena²⁹ ha implementado políticas orientadas al tratamiento y prevención de alteraciones nutricionales en los universitarios, incentivando la práctica de conductas saludables para el afrontamiento de esta problemática que no rinden los resultados esperados.

En los estudiantes del séptimo a noveno ciclo del programa de estudios de Enfermería de la UDH también se evidencia la presencia de esta problemática, pues debido a las clases teóricas y desarrollo de prácticas clínicas propias de esta carrera profesional se encuentran expuestos a diversos estresores y situaciones estresantes que les provocan diversos niveles de estrés, no teniendo en muchas ocasiones la capacidad de afrontarlas adecuadamente, predisponiendo a que adopten hábitos alimenticios no saludables que favorecen la presencia de alteraciones nutricionales de sobrepeso u obesidad cuya incidencia de casos tiene tendencia creciente en los estudiantes de este programa académico de estudios.

Al conversar con las estudiantes respecto a esta problemática algunas manifestaron: “las clases me estresan mucho, los docentes nos sobrecargan de trabajo y no piensan en nuestra salud mental”, “cuando estamos en exámenes no puedo concentrarme tengo muchos dolores cabeza, a veces me da insomnio”, “cuando estoy estresado(a) siento deseos enormes de comer y no puedo llenarme”, incluyendo otras aseveraciones que evidencian la latencia del problema en este programa académico de estudios.

Por consiguiente, se consideró importante desarrollar este estudio buscando determinar la relación entre el estrés y el estado nutricional en estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad de Huánuco – 2019.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre el estrés y el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad de Huánuco – 2019?

1.2.2. Problemas específicos

1. ¿Cuál es la relación entre el estrés en la dimensión estresores académicos y el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería?
2. ¿Cuál es la relación entre el estrés en la dimensión reacciones físicas y el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería?
3. ¿Cuál es la relación entre el estrés en la dimensión reacciones psicológicas y el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería?
4. ¿Cuál es la relación entre el estrés en la dimensión reacciones conductuales y el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería?

1.3. Objetivo general

Determinar la relación entre el estrés y el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad De Huánuco – 2019.

1.4. Objetivos específicos

1. Identificar la relación entre el estrés en la dimensión estresores académicos y el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería.
2. Establecer la relación entre el estrés en la dimensión reacciones físicas y el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería.
3. Analizar la relación que existe entre el estrés en la dimensión reacciones psicológicas y el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería.
4. Evaluar la relación que se establece entre el estrés en la dimensión reacciones conductuales y el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería.

1.5. Justificación del estudio

1.5.1. A nivel teórico

La ejecución de la investigación fue importante porque el estrés y los problemas nutricionales en la juventud son considerados dos problemas sanitarios preocupantes a nivel mundial, por su alta prevalencia de casos en la mayor parte de naciones del mundo, siendo importante analizar estas variables para poder entregar una fuente teórica de referencia basadas en datos empíricos el desarrollo de estudios relacionados al análisis de este problema.

Por ello, en esta investigación se confrontaron los postulados de enfoques teóricos con los resultados obtenidos en esta investigación permitiendo, mediante este proceso, complementar o ampliar los contenidos teóricos relacionados al análisis de la problemática estudiada.

1.5.2. A nivel práctico

Esta investigación se enmarca en el ámbito de la línea investigativa “Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad”, siendo relevante porque los resultados pueden ser utilizados para efectuar medidas y programas de intervención en el ámbito universitario encaminadas a promover el abordaje y afrontamiento del estrés académico y la prevención de las alteraciones nutricionales en el ámbito universitario.

1.5.3. A nivel metodológico

Esta tesis se convierte en un precedente relevante para estudios futuros afines a esta problemática por la utilización de instrumentos de medición confiables validados por jueces expertos que garantizan una adecuada medición del estrés y el estado nutricional como variables de análisis en esta investigación.

1.6. Limitaciones de la investigación

No se tuvieron limitaciones en el abordaje metodológico del estudio y tampoco se tuvieron dificultades en el análisis estadístico de los resultados de este informe de tesis.

1.7. Viabilidad de la investigación

El desarrollo de esta tesis se hizo posible porque se tuvo el presupuesto económico y recursos indispensables para concretar cada una de las fases de realización de este estudio.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. A nivel internacional

En Rio Grande – Brasil, 2019, Urbanetto, Rocha, Dutra, Maciel, Bandeira y Magnano¹¹ realizaron la Investigación titulada: “Estrés y sobrepeso/obesidad en estudiantes de Enfermería” buscando analizar el grado de asociación de las variables demográficas, académicas, del estado de salud, sobrepeso, obesidad y estrés en estudiantes enfermeros, desarrollando una investigación analítica en 95 estudiantes evaluados con un cuestionario y una escala de valoración de estrés, evidenciaron estos resultados: 47,4% tuvieron un adecuado estado nutricional, 35,8% sobrepeso, 11,6% obesidad tipo I y 5.2% obesidad tipo II; respecto al estrés, 35,8% presentaron estrés alto, 31,6% estrés medio y 32,6% estrés bajo; concluyendo que no existe asociación entre el estrés y el sobrepeso/obesidad.

En Veracruz – México, 2018, Peña, Priego, Rendón, Martínez y García²² presentaron el estudio titulado “Calidad de sueño, índice de masa corporal (IMC) y estrés en trabajadores universitarios”; con el objetivo de establecer la asociación entre el IMC y el estrés en trabajadores de una institución universitaria, desarrollando un estudio descriptivo transversal en 26 trabajadores aplicando el índice de Pittsburg, el IMC y el inventario de valoración de Burnout de Maslach. Sus hallazgos fueron que, respecto a la índole del sueño, 61.53% tuvieron mala calidad de sueño; 42,0% presentaron un estado nutricional normal y obesidad en la misma proporción, 12,0% tuvieron obesidad; 45,9% presentó estrés moderado, 39,3% estrés leve y 14,8% estrés moderado; siendo la conclusión que el estrés se relaciona con el estado nutricional.

En Distrito Federal - México, 2015, Moreno, Gallegos, Zuñiga, Torres, Serna, Rodríguez et al³⁰ realizaron la investigación titulada:

“Estrés académico y patrón alimentario en estudiantes universitarios”; buscando identificar la asociación entre el estrés y el patrón alimentario, realizando una investigación descriptiva en 79 estudiantes evaluados con una escala de estrés académico y un cuestionario de patrones alimentarios; sus hallazgos fueron 63,3% tuvieron estrés moderado y 31,6% estrés alto; la alteración de la ingesta de alimentos se manifestó en una alta frecuencia en 64,6% de estudiantes, 34,1% de estudiantes tuvieron sobrepeso y 10,9% obesidad; concluyendo que existe asociación entre el estado nutricional y el estrés en los estudiantes universitarios.

2.1.2. A nivel nacional

En Puno, Perú, 2019, Ramos³¹ desarrolló la tesis: “Estrés académico en relación al estado nutricional de estudiantes de la E.A.P. Nutrición Humana” proponiéndose evaluar la relación que se manifiesta entre el grado de estrés y el estado nutricional, desarrollando una investigación analítica transversal en 60 estudiantes evaluados con una escala de valoración de estrés académico y a través de una ficha de estado nutricional; sus hallazgos fueron: 41,7% tuvieron estrés medio, 32,5% presentaron estrés alto y 25,8% estrés bajo; en los estresores académicos, 46,7% tuvo estrés alto; en las reacciones físicas, 48,0% mostraron estrés alto, en las reacciones fisiológicas, 45,0% presentaron estrés alto y en las reacciones conductuales, 53,3% tuvo estrés alto, en la valoración del estado nutricional, 60,0% tuvieron sobrepeso, 36,7% normal y 3,3% obesidad concluyendo que existe relación entre las variables de análisis.

En Arequipa, Perú, 2019, Camino y Chávez³² desarrollaron el estudio: “Relación del estrés académico y estilos de vida con el estado nutricional en estudiantes de Nutrición” buscando relacionar el estrés académico con el estado nutricional; para ello realizaron una investigación analítica prospectiva en 218 estudiantes universitarios evaluado con el inventario SISCO y una ficha nutricional; sus hallazgos fueron: 68,7% tuvo estrés moderado, 11,8% estrés alto y

19,5% estrés bajo; en cuanto al estado nutricional, 64,5% tuvieron un estado nutricional normal, 28,0% tuvo sobrepeso, 6,2% obesidad y 1,4% fue delgadez, estableciendo como conclusión que el grado de estrés no tuvo relación con el estado nutricional de los alumnos universitarios.

En Lima, Perú, 2018, Ali²⁴ presentó la investigación titulada: “Estado nutricional y hábitos alimentarios en relación con el estrés en adolescentes”; con el objetivo de relacionar el estado nutricional con el estrés en la población adolescente de una institución preuniversitaria, desarrollando un trabajo de investigación descriptivo transversal de asociación cruzada; en 84 estudiantes adolescentes, evaluados con una ficha de estado nutricional y una escala de estrés. Los resultados fueron: respecto al estado nutricional, 47,6% tuvieron estado nutricional normal; 46,4% presentaron sobrepeso y 6,0% tuvieron delgadez. En cuanto a los hábitos alimentarios, 73,9% fueron no saludables y 26,1% saludables; y en relación al estrés, 38,1% tuvieron estrés severo, 33,3% presentaron estrés leve y 28,6% estrés moderado. Asimismo, identificó que 14,4% de estudiantes que tuvieron estado nutricional normal presentaron estrés moderado, mientras que el 20,2% de estudiantes que presentaron sobrepeso tuvieron estrés severo; concluyendo que hubo relación entre la valoración del estado nutricional y el estrés en las personas participantes de la investigación.

En Lima, Perú, 2017, Bermúdez³³ desarrolló el estudio titulado: “Relación entre el IMC y la sintomatología del síndrome de burnout académico en estudiantes de Nutrición de la Universidad Católica Sedes Sapientiae”; buscando determinar la asociación del IMC con el síndrome de burnout académico; desarrollando una investigación analítica, observacional, transversal en 150 estudiantes evaluados con una ficha de valoración de estado nutricional y el cuestionario MBI – SS en el recojo de información. Los resultados fueron que, respecto al síndrome de burnout, 55,7% tuvieron diagnóstico normal, 19,5% presentaron burnout severo; 16,8% tuvieron burnout leve y 8,1% burnout moderado. En cuanto al IMC, 64,0% tuvieron

diagnóstico nutricional normal, 29,3% presentaron sobrepeso; y 3,3% presentaron delgadez y obesidad en la misma proporción; concluyendo que no hubo relación entre el Burnout y el IMC en jóvenes universitarios.

En Puno, Perú, 2016, Vargas²⁵ presentó el estudio: “Niveles de estrés y su relación con el estado nutricional a gran altura en estudiantes del primer nivel de la Facultad de Medicina”; buscando relacionar el estrés académico con el IMC en estudiantes universitarios; realizando una investigación analítica en 68 estudiantes evaluados con un test de estrés académico y una ficha de evaluación nutricional. Los resultados fueron 77.9% de estudiantes evaluados tuvieron un estado nutricional normal, 19.3% sobrepeso y 1.5% presentaron obesidad y delgadez en la misma proporción. En referencia al estrés, 73,5% tuvieron estrés leve, 25,0% presentaron estrés moderado y 1,5% estrés severo. Concluyendo que los niveles de estrés se relacionaron con el estado nutricional en alumnos de educación superior.

2.1.3. A nivel local

En Huánuco, Perú, 2017, Bernardo³⁴ ejecutó el estudio: “Factores asociados al estrés en estudiantes de Enfermería de la UDH que inician sus prácticas clínicas”; buscando conocer los factores que se asocian al estrés al inicio de las prácticas asistenciales, desarrollando una investigación analítica, transversal en 67 estudiantes evaluados con escala de factores estresores y una escala de estrés académico; sus principales hallazgos fueron: 58,2% presentaron estrés moderado y 41,8% estrés leve; en las reacciones físicas, 52,2% tuvo estrés moderado; en las reacciones psicológicas, 64,2% mostraron estrés moderado y en las reacciones conductuales, 56,7% presentaron estrés moderado. Los factores que se asociaron al estrés fueron la sobrecarga académica en 73,1%, falta de competencia en prácticas clínicas en 44,8%, implicancia emocional en 37,3% y la relación con los docentes en 31,4%. Concluyendo que los

factores académicos, sociales y psicológicos se asociaron al estrés académico en los estudiantes universitarios.

En Tingo María, Perú, 2017, Ortiz³⁵ realizó la investigación “Nivel de estrés académico y sus características sociodemográficas en estudiantes de Enfermería que cursan el primer ciclo de la UDH”; buscando identificar las características sociodemográficas que asocian al estrés en estudiantes del área de Enfermería, realizando una investigación analítica, observacional, transversal en 72 estudiantes evaluados con una encuesta sociodemográfica y una escala de estrés que mostraron los siguientes hallazgos: 77,8% tuvieron de 16 a 24 años del género femenino, 19,6% estudia y trabaja, 23,6% fueron desplazados por razones académicas; 96,0% presentaron algún grado de estrés, 55,0% alcanzaron estrés severo, siendo las evaluaciones las que mayor nivel de estrés causaban, concluyendo que la edad, ocupación y las actividades académicas fueron los que tuvieron mayor asociación con el estrés académico.

En Huánuco, 2017, Garay³⁶ realizó la investigación titulada: “Calidad de vida y estrés en los estudiantes de E.A.P. Enfermería de la UDH”; buscando asociar la calidad de vida con el nivel de estrés en alumnos de Enfermería, para cumplir este propósito realizó una investigación analítica, transversal, prospectiva en 144 estudiantes aplicando una escala y un test de estrés, que dio como resultados relevantes que 54,1% tuvo regular calidad de vida, 27,1% mala y 18,8% buena calidad de vida; en referencia al estrés académico, 52,2% mostró estrés moderado, 26,4% tuvo estrés leve y 19,4% estrés severo, concluyendo que existe moderada correlación negativa entre estas variables en los jóvenes de educación superior..

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Teoría del estrés de Lazarus

Dias y Pais – Ribeiro³⁷ aseveran que el enfoque teórico de Lazarus basa su premisa en que el estrés no surge solo de la relación del individuo con un entorno amenazante sino también de la manera

en que las personas reaccionan frente a una situación estresante; enfatizando que el efecto que causa el nivel de estrés en el organismo de las personas está relacionado con la percepción o valoración de amenaza, su nivel de vulnerabilidad y su habilidad capacidad de afrontamiento respecto a la situación catalogada como estresante.

En esta perspectiva, Berra, Muñoz, Vega, Silva y Gómez³⁸ menciona que según este modelo teórico la valoración del estrés se realiza de tres maneras: la valoración primaria, que se manifiesta cuando las personas afrontan una situación estresante por primera vez; luego surge la valoración secundaria, donde se empiezan una idea de cómo controlar la situación estresante y la valoración terciaria, donde la persona hace una reevaluación de la situación percibida.

Posteriormente se ubica la vulnerabilidad que según Scafarelli y García³⁹ surge cuando la persona no tiene los recursos físicos o psicológicos necesarios para valorar una determinada situación haciendo que esta se torne como peligrosa o amenazante; para finalmente tener la capacidad o no de valorar la situación valorada como estresante.

Esta teoría se asocia con este estudio pues sirvió de base para conocer el proceso de manifestación y desarrollo de estrés en estudiantes de Enfermería de la UDH.

2.2.2. Modelo de efecto general y diferencias individuales del estrés y la alimentación

Según referencias mencionadas por Silva⁴⁰ existen dos grandes modelos que fundamentan cómo el estrés influye en la alimentación de las personas: el modelo de efecto general y el modelo de diferencias individuales, que de manera específica analizan los efectos que provoca la exposición prolongada a diversos estresores en las conductas alimenticias de las personas y que favorecen el desarrollo de alteraciones nutricionales.

Bajo esta perspectiva el citado autor menciona que el modelo del efecto general sustenta que toda persona que se expone a

diversos factores estresores tienden a incrementar el consumo de alimentos, debido a que el estrés desarrolla una serie de mecanismos fisiológicos como el incremento del cortisol provocando el aumento del apetito de las personas que favorecen la sobrealimentación que causa problemas de sobrepeso u obesidad⁴⁰.

En cuanto al modelo de diferencias individuales Silva⁴⁰ señala que basa sus principios en que solo las personas que tienen cierto grado de vulnerabilidad incrementan el consumo de alimentos en situaciones estresantes; señalando que el efecto del estrés en la alimentación de las personas se manifiesta en que dificulta el control cognitivo de la conducta alimenticia y la desinhibición alimentaria para las situaciones estresantes que favorecen la presencia de alteraciones nutricionales por exceso de peso.

Esta teoría se asocia con este estudio pues fundamenta la influencia que ejerce el estrés en las conductas alimenticias como factores favorecedores para la presencia de alteraciones del estado nutricional en alumnos de Enfermería de la UDH.

2.3. Definiciones conceptuales

2.3.1. Definición de estrés

De acuerdo a lo que refieren Sierra, Ortega y Zubeidat⁴¹ la Asociación Americana de Psicología, el estrés constituye una respuesta de tipo fisiológica o psicológica, que comprende el desarrollo de estímulos internos y externos que ocasionan diversas modificaciones que afectan a la mayoría de órganos y sistemas del cuerpo.

Berrio y Mazo⁴² señalan que el estrés representa la respuesta de afrontamiento de una persona a nivel fisiológico, psicológico y conductual frente a la presencia de determinados sucesos y acontecimientos que se suscitan en las actividades propias del contexto académico.

Finalmente, Selye mencionado por Alfonso, Calcines, Monteagudo y Nieves⁴³ señalan que representa la respuesta general

del organismo de los individuos frente a una determinada situación o el grado de intensidad o duración de un estímulo percibido como estresante.

2.3.2. Fases del estrés

Según Ávila⁴⁴ el estrés tiene tres fases claramente definidas: la fase de alarma, donde el cuerpo se prepara afrontar el estímulo estresante, provocando una respuesta fisiológica del sistema nervioso como el incremento de latidos cardiacos entre otras manifestaciones clínicas; siendo una etapa de corta duración.

Posteriormente se ubica la fase de resistencia, que es aquella donde el cuerpo se mantiene en condición de alerta y trata de hacer frente a los estresores que se presentan en su entorno intentando regresar a su estado normal y finalmente está la fase de agotamiento, que se manifiesta cuando el estrés se vuelve prolongado o crónico, donde se agotan las estrategias para afrontar las situaciones estresantes y sus efectos se extienden a todo el organismo⁴⁴.

2.3.3. Tipos de estrés

De acuerdo a lo que menciona Piñeiro⁴⁵ el estrés se manifiesta en dos tipos: en primer lugar, se encuentra el estrés episódico, caracterizado por ser de corta duración y se produce por una agresión profunda de tipo física o emocional que supera la capacidad de las personas para afrontarlas convenientemente, provocando una repuesta rápida y en ocasiones violenta.

Y en según lugar se encuentra el estrés crónico que según Suárez y Díaz⁴⁶ es aquel tipo de estrés que se manifiesta cuando un individuo está sometido de manera permanente a diversos estresores en el ambiente familiar, laboral o universitario.

2.3.4. Dimensiones del estrés

2.3.4.1. Estresores académicos

Según Castillo, Chacón y Díaz⁴⁷, los estresores del contexto académico constituyen todas aquellas características propias del

ámbito académico que sobrecargan o presionan de diversas maneras a los alumnos universitarios durante la realización de las labores académicas.

Al respecto Picoy⁴⁸ señala que los estresores más resaltantes que se identifican en los alumnos de educación superior son la sobrecarga académica, comunicación inadecuada con los colegas de clase, las dificultades educativas, los problemas personales, los horarios de clases, no tener el tiempo necesario para cumplir las labores académicas, el exceso de responsabilidades en el ámbito universitario entre otros estresores académicos.

2.3.4.2. Reacciones físicas

En esta dimensión Caldero, Pulido y Martínez⁴⁹ señalan que se consideran todas aquellas respuestas propias del organismo físico de las personas que se manifiestan como producto de una permanente exposición a situaciones amenazantes o estresantes que repercuten de manera negativa o desfavorable en el contexto biopsicosocial.

Al respecto Barraza y Silerio⁵⁰ refieren que las principales reacciones físicas del estrés son la fatiga crónica, migrañas, dolores de cabeza, cansancio o fatiga crónica, hipertensión, problemas gástricos, dolores lumbares, impotencia, insomnio, gripe frecuente, reducción de la libido, sudoración, incremento de peso, etc.

2.3.4.3. Reacciones psicológicas

En esta dimensión Álvarez, Gallegos y Herrera⁵¹ sostienen que se consideran todas aquellas respuestas cognitivas o emocionales de las personas que se manifiestan como debido a una exposición permanente a diversas situaciones estresantes en su vida cotidiana.

Al respecto, Barraza⁵² establece que las reacciones psicológicas del estrés académico más importantes en las personas son la tristeza, ansiedad, irritabilidad, falta de confianza, pesimismo, inquietud, preocupación excesiva, dificultad para concentrarse, infelicidad, inseguridad, sensación de melancolía, etc.

2.3.4.4. Reacciones conductuales

En esta dimensión Conchado, Álvarez, Cordero, Gutiérrez y Terán⁵³ señalan que se consideran todas aquellas respuestas propias de la conducta de las personas que se presentan por una permanente exposición a diversas características o factores potencialmente estresantes que se evidencian en los diversos escenarios de su vida diaria.

Al respecto Barraza⁵⁴ menciona que las principales reacciones conductuales que se manifiestan frente a la presencia del estrés son fumar de manera frecuente, conflictos permanentes, aislamiento, olvido, tendencia a pelear o discutir, apatía, ausentismo laboral, no aceptar funciones o responsabilidades universitarias, incremento o disminución de la ingesta de productos alimenticios, indiferencia hacia las otras personas, etc.

2.3.5. Definición de estado de nutricional

De acuerdo a lo que menciona Figueroa⁵⁵ el constructo es el resultado que se produce del equilibrio o balance que se manifiesta entre las necesidades nutritivas del organismo y el gasto de energía alimentario que está influenciado por factores biológicos, genéticos, culturales, socioeconómicos y ambientales.

Ratner, Hernández, Martel y Atalah⁵⁶ sostiene que es la condición que resulta del equilibrio entre el requerimiento nutritivo del organismo y el gasto energético alimentario, que se refleja en la valoración de las medidas antropométricas.

Becerra y Vargas⁵⁷ aseveran que es una condición del cuerpo de las personas que esta influenciada por la ingesta de alimentos y las necesidades nutritivas del organismo que están determinadas por diversos factores que alteran la composición corporal.

2.3.6. Evaluación del estado nutricional

Según Lapo y Quintana⁵⁸ la valoración del estado nutricional es una actividad en evaluar la condición de salud de una persona desde la perspectiva nutricional, teniendo en consideración que un

adecuado estado nutricional saludable permite optimizar la salud física o emocional de las personas y, por consiguiente, contribuir a mejorar su calidad de vida.

2.3.7. Indicadores del estado nutricional

Martínez, Veiga, López, Cobo y Carbajal⁵⁹ mencionan que los indicadores que se analizan para la evaluación de la condición nutricional de una persona son la medición de los valores antropométricos de peso y talla que sirven para calcular el IMC de las personas que es el considerado el predictor de mayor representación para la valoración nutricional de los seres humanos.

En este contexto, Manzanero, Rodríguez, García y Cortez⁶⁰ señalan que el peso es el indicador nutricional que representa la masa corporal del organismo, que se evalúa con una balanza que deber ser calibrada previamente antes de cualquier medición; bajo esta perspectiva, el procedimiento para la medición del peso en las personas adultos mayores se debe realizar teniendo en consideración los siguientes procedimientos: Se debe pesar al individuo evaluado con el traje más liviano posible y sin calzados, el piso donde se ubique la balanza debe ser liso sin desniveles y para una correcta medición la persona debe situarse en el medio de la plataforma con ambas manos extendidas, mirando hacia el frente en postura firme; y si no es factible de realizar la evaluación con ropa ligera se debe mantener puesta la ropa pero es indispensable que se haga un listado de las prendas utilizados con el respectivo pesaje de cada uno para realizar el descuento respectivo del peso obtenido en la evaluación.

Respecto a la talla Muñoz y Huamán⁶¹ sostienen que representa la valoración de la estatura de la persona; el procedimiento de medición se realizará considerando los siguientes procedimientos: el individuo debe estar sin ningún tipo de calzada y la cabeza no debe tener ningún tipo de accesorios (trenzas, adornos, etc.) que pudieran dificultar la toma de la talla, posteriormente podrá ubicarse en el centro del tallímetro, manteniendo rectas ambas

piernas, pantorrillas y talones juntas al tallímetro siguiendo el plano de evaluación de Frankfort, mirando al frente tendiendo derechos los hombros; luego se bajará el tope móvil situado en la parte del tallímetro hasta que se apoye en la cabeza de la persona; repitiendo el procedimiento las veces que sea necesario; realizando al menos tres mediciones para asegurar una correcta medición.

En cuanto al IMC Riveros y Apolaya⁶² mencionan que es una de las estrategias más importantes para valorar si el peso corporal de un determinado individuo es adecuado para su talla, o si se encuentra en riesgo de tener problemas de delgadez u obesidad, siendo calculado dividiendo al peso por la talla elevada al cuadrado.

2.3.8. Clasificación del estado nutricional

De acuerdo a los valores del IMC Miraval, Greiner, Perea, Suárez, Calderón y Hernández⁶³ señalan que el estado nutricional de las personas se clasifica en delgadez, cuando el valor del IMC es menor a 18.5 kg/m^2 ; siendo considerada una malnutrición por déficit, que se encuentra relacionada con problemas asociados a una deficiente nutrición y absorción inadecuada de nutrientes; luego se encuentra el estado nutricional eutrófico o normal, cuando el valor de IMC es mayor de $18,5 \text{ kg/m}^2$ pero inferior a 25.0 kg/m^2 , siendo considerado un IMC ideal para alcanzar un buen estado de salud.

Siguiendo con esta tendencia Cárdenas, Ramos, Lama y Moreno mencionan que se encuentra el sobrepeso, que se diagnostica cuando la persona tiene un IMC igual o superior a 25 kg/m^2 pero menor de 30 kg/m^2 , representando una malnutrición por exceso asociada a la ingesta elevada de calorías, sedentarismo, etc.; y finalmente se ubica la obesidad, cuando las personas tienen un IMC superior a 30 kg/m^2 que se asocia con riesgo incrementado de padecer de enfermedades cardíacas, metabólicas, cerebrovasculares, diabetes mellitus, osteoartritis, etc⁶³.

2.4. Hipótesis

2.4.1. Hipótesis general

Hi: El estrés se relaciona con el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad de Huánuco – 2019.

Ho: El estrés no se relaciona con el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad de Huánuco – 2019.

2.4.2. Hipótesis específicas

Hi₁: El estrés en la dimensión estresores académicos se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.

Ho₁: El estrés en la dimensión estresores académicos no se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.

Hi₂: El estrés en la dimensión reacciones físicas se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.

Ho₂: El estrés en la dimensión reacciones físicas no se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.

Hi₃: El estrés en la dimensión reacciones psicológicas se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.

Ho₃: El estrés en la dimensión reacciones psicológicas no se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.

Hi₄: El estrés en la dimensión reacciones conductuales se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.

Ho₄: El estrés en la dimensión reacciones conductuales no se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.

2.5. Identificación de variables

2.5.1. Variable Independiente

Estrés.

2.5.2. Variable Dependiente

Estado Nutricional.

2.5.3. Variables de caracterización

- **Características demográficas:**
 - Edad.
 - Género.
 - Lugar de procedencia.
- **Características sociales:**
 - Estado civil.
 - Ocupación.
 - Tenencia de hijos.
- **Características académicas**
 - Ciclo de estudios.
 - Condición de estudiante.
 - Percepción de rendimiento académico.

2.6. Operacionalización de variables

VARIABLE	DIMENSIONES	TIPO DE VARIABLE	INDICADORES	VALOR FINAL	ESCALA DE MEDICIÓN
VARIABLE INDEPENDIENTE					
Estrés	Estresores Académicos	Categórica	Leve Moderado Severo	Siempre Casi Siempre A veces Nunca	Ordinal
	Reacciones Físicas	Categórica	Leve Moderado Severo	Siempre Casi Siempre A veces Nunca	Ordinal
	Reacciones Psicológicas	Categórica	Leve Moderado Severo	Siempre Casi Siempre A veces Nunca	Ordinal
	Reacciones Conductuales	Categórica	Leve Moderado Severo	Siempre Casi Siempre A veces Nunca	Ordinal
VARIABLE DEPENDIENTE					
Estado	Diagnóstico	Categórica	Índice de Masa	Delgadez	Nominal

Nutricional	nutricional		Corporal	Normal Sobrepeso Obesidad	
VARIABLES DE CARACTERIZACIÓN					
Caracterización de la muestra	Características Demográficas	Numérica	Edad	En años	De razón
		Categórica	Género	Masculino Femenino	Nominal
		Categórica	Lugar de procedencia	Huánuco Amarilis Pillco Marca Otros lugares	Nominal
	Características Sociales	Categórica	Estado civil	Soltero(a) Conviviente Casado(a) Separado(a)	Nominal
		Categórica	Ocupación	Solo estudia Estudia y trabaja	Nominal
		Categórica	Tenencia de hijos	Si No	Ordinal
	Características Académicas	Categórica	Ciclo de estudios	Séptimo Octavo Noveno	Ordinal
		Categórica	Condición de estudiante	Regular Irregular	Ordinal
		Categórica	Percepción de rendimiento académico	Bueno Regular Malo	Ordinal

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de investigación

En este apartado se consideró la clasificación propuesta por el área de investigación de la UDH; por ello la investigación, según el tipo de intervención, fue observacional, porque no se manipularon intencionalmente ninguna de las variables, que fueron analizadas de manera natural y espontánea; asimismo, según el número de mediciones de las variables, fue transversal porque los variables fueron medidas una sola vez.

Continuando con el análisis, de acuerdo a la planificación del estudio fue prospectivo, porque la información fue recolectada según datos proporcionados por los estudiantes de Enfermería; y considerando el número de variables de análisis, fue de tipo analítico, porque se evaluaron analíticamente ambas variables con parámetros estadísticos bivariados que permitieron identificar la asociación entre el estrés y el estado nutricional en la muestra participante del estudio.

3.1.1. Enfoque

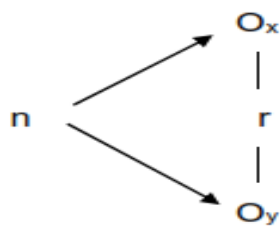
Este trabajo tuvo enfoque cuantitativo pues se fundamentó en la aplicación de la lógica hipotética deductiva y el uso de parámetros estadísticos en la medición de las variables.

3.1.2. Alcance o nivel

El estudio correspondió al nivel relacional debido a que estuvo dirigido a establecer la relación entre el estrés y estado nutricional de estudiantes del séptimo a noveno ciclo de Enfermería de la UDH.

3.1.3. Diseño

Se aplicó el diseño correlacional según la siguiente representación gráfica:



Leyenda:

- n** : Estudiantes de Enfermería
O_x : Estrés.
O_y : Estado nutricional.
r : Relación de variables.

3.2. Población y muestra

3.2.1. Población

Estuvo conformada la totalidad de estudiantes de Enfermería de la UDH matriculados desde el séptimo a noveno ciclo de estudios del año académico 2019 – 2, que de acuerdo a reportes obtenidos del área de informática de esta entidad fueron en total 115 estudiantes de la carrera profesional de Enfermería, clasificados de este modo

Población de estudiantes del séptimo a noveno ciclo de Enfermería, UDH, 2019.

CICLO DE ESTUDIOS	N° DE ESTUDIANTES
VII	39
VII	40
VIII	38
TOTAL	117

Fuente: Registro de estudiantes – Oficina Informática, UDH 2019.

- a) Criterios de inclusión:** Se incluyeron a los estudiantes que estuvieron matriculados del séptimo a noveno ciclo de estudios del periodo 2019 – 2 del Programa de Enfermería de la UDH y aceptaron formar parte de la investigación con la firma del consentimiento informado.

- b) Criterios de exclusión:** No se consideraron como participantes a los estudiantes que estuvieron matriculados del primero a sexto ciclo del semestre académico 2019 – 2 y a los que estuvieron realizando prácticas de internado hospitalario.
- c) Criterios de eliminación:** No se eliminaron las encuestas de ninguno de los estudiantes de Enfermería participantes de la investigación.
- d) Ubicación en el espacio:** Se efectuó en los salones del VII a IX ciclo del programa de estudios de Enfermería de la UDH cuya sede está constituida geográficamente a la altura del Km. 2.6 de la ruta Huánuco – Tingo María, específicamente en la zona perteneciente al C.P.M. de la Esperanza, circunscripción del distrito metropolitano de Amarilis en la ciudad de Huánuco.
- e) Ubicación en el tiempo:** Se efectuó durante el periodo comprendidos entre los meses de octubre a diciembre del 2019.

3.2.2. Muestra

- a) Unidad de análisis y muestreo:** Estudiantes de séptimo a noveno ciclo de estudios de Enfermería de la UDH.
- b) Marco muestral:** Padrón de estudiantes matriculados del séptimo a noveno ciclo de estudios de Enfermería de la UDH.
- c) Tamaño muestral:** La muestra fue determinada aplicando la siguiente fórmula:

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

Estadígrafos	Significado	Valor	
		Porcentual	Estadístico
Z_{1 - α}	Nivel de confianza	95%	1.96
P	Probabilidad de éxito	50%	0.5
Q	Probabilidad de fracaso	50%	0.5
e	Margen del error	5%	0.05
N	Población	100%	117

Reemplazando:

$$n = \frac{(1.96)^2 (0.5) (0.5) (117)}{(0.05)^2 (116) + (1.96)^2 (0.5) (0.5)}$$

$$n = \frac{112.3668}{0.29 + 0.9604}$$

$$n = \frac{112.3668}{1.2504}$$

$$n = 89.86$$

$$n = 90 \text{ estudiantes.}$$

La muestra quedó conformada por 90 alumnos del séptimo a noveno ciclo de estudios de Enfermería de la UDH.

d) Tipo de muestreo: La muestra se seleccionó por muestreo aleatorio simple, mediante la aplicación de los criterios de investigación anteriormente detallados.

3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.3.1. Para la recolección de datos

3.3.1.1. Técnicas.

Las técnicas aplicadas según variables de estudio fueron las siguientes:

VARIABLE	TÉCNICA
Características Generales	Encuesta
Estrés	Psicometría
Ficha de estado nutricional	Observación

3.3.1.2. Instrumentos de investigación.

a) Cuestionario de características generales.

FICHA TÉCNICA	
1. Nombre	Cuestionario de características generales.
2. Autor	Autoconstruido

3. Técnica	Encuesta
4. Objetivo.	Identificar las características de los estudiantes de Enfermería
5. Estructura.	9 ítems clasificado en 3 partes: <ul style="list-style-type: none"> • Características demográficas (3). • Características sociales (3). • Características académicas (3).
6. Momento de aplicación.	Al final de las clases académicas.
7. Tiempo de aplicación.	1 minuto.

b) Escala de estrés.

FICHA TÉCNICA	
1. Nombre	Escala de estrés.
2. Autor	Picoy ²⁷
3. Técnica de administración	Psicometría
4. Objetivo.	Medir el estrés en estudiantes del séptimo a noveno ciclo de estudios de Enfermería de la UDH.
5. Estructura.	Presentó 25 ítems dividido en 4 partes: <ul style="list-style-type: none"> • Estresores académicos (10). • Reacciones físicas (6). • Reacciones psicológicas (5). • Reacciones conductuales (4).
6. Momento de aplicación.	Al final de las clases académicas.
7. Tiempo de aplicación.	5 minutos.

La medición de la variable estrés académico se efectuó del siguiente modo:

VARIABLE	BAREMACIÓN
Estrés	Estrés leve = 0 – 25. Estrés moderado = 26 – 50. Estrés severo = 51 – 75.

En cuanto a las dimensiones, la baremación se realizó de esta manera:

Nº	DIMENSIÓN	BAREMACIÓN
I.	Estresores académicos	Estrés leve = 0 – 10. Estrés moderado = 11 – 20. Estrés severo = 21 – 30
II.	Reacciones físicas	Estrés leve = 13 – 18. Estrés moderado = 7 – 12. Estrés severo = 0 – 6
III.	Reacciones psicológicas	Estrés leve = 11 – 15. Estrés moderado = 6 – 10. Estrés severo = 0 – 5
IV.	Reacciones conductuales	Estrés leve = 9 – 12. Estrés moderado = 5 – 8. Estrés severo = 0 – 4

c) Ficha de estado nutricional.

FICHA TÉCNICA	
1. Nombre	Ficha de estado nutricional.
2. Autor	Autoelaborado.
3. Técnica de administración	Observación
4. Objetivo.	Evaluar el estado nutricional de estudiantes de séptimo a noveno ciclo de estudios de Enfermería de la UDH.
5. Estructura.	4 ítems pertenecientes a una única dimensión : (peso, talla, IMC, diagnóstico nutricional, etc.)

6. Momento de aplicación.	Después de las clases académicas.
7. Tiempo de aplicación.	5 minutos.

La medición de estado nutricional se realizó utilizando instrumentos mecánicos como una balanza previamente calibrada y un tallímetro para la determinación de las medidas antropométricas cuyo diagnóstico nutricional se realizó de acuerdo a la siguiente clasificación:

VARIABLE	DIAGNÓSTICO NUTRICIONAL
Estado nutricional	Delgadez = IMC menor de 18.5 Normal = IMC de 18.5 a 25.0 Sobrepeso = IMC de 25.0 a 30.0 Obesidad = IMC mayor de 30.0

3.3.1.3. Validez y confiabilidad de los instrumentos de investigación.

a) **Validez de contenido:** El contenido de los instrumentos de medición se sometió a la consulta y evaluación de 6 jueces expertos con experiencia corroborada en áreas afines a la valoración del estrés académico y el estado nutricional teniendo también experiencia acreditada en validación de instrumentos, quienes evaluaron los ítems siguiendo los parámetros estandarizados por el área de investigación de Enfermería, coincidiendo la totalidad de expertos consultados que los instrumentos cumplían con los estándares de rigor científico y estaban dirigidos a poder cumplir los objetivos planteados en la investigación, brindando también algunas observaciones mínimas relacionadas a la redacción de las preguntas y la inclusión de algunos ítems para una mejor medición de las variables que fueron aceptadas y plasmadas en los instrumentos finales de investigación que pueden ser revisados en el Anexo 2 y 3 de este informe de investigación. La opinión de los expertos se presenta en el siguiente cuadro

Juicio de expertos de validación de instrumentos

Nº	Nombres y apellidos del experto(a)	Opinión de aplicabilidad	
		Escala de estrés	Ficha de estado nutricional
1	Mg. Eler Borneo Cantalicio	Aplicable	Aplicable
2	Med. Claudia Espinoza Cardich	Aplicable	Aplicable
3	Lic. Bécquer Cotrina Vargas	Aplicable	Aplicable
4	Lic. Carmen Calderón Juárez	Aplicable después de corregir	Aplicable
5	Nutr. Jonathan Bazán Núñez	Aplicable	Aplicable después de corregir
6	Psic. Jisleina Pérez Beteta	Aplicable después de corregir	Aplicable

Fuente: Anexo 05

b) Confiabilidad de los instrumentos: Se efectuó un estudio piloto en el aula del sexto ciclo de Enfermería de la UDH en 10 estudiantes seleccionados por muestreo no aleatorizado según criterios propuestos en el plan de prueba piloto. Este proceso permitió probar los instrumentos de medición en el contexto de estudio, que permitió valorar el grado de comprensibilidad de los ítems planteadas, la replicabilidad de las preguntas y los protocolos establecidos para la medición de las medidas antropométricas y nutricionales de peso y talla, permitiendo también identificar algunas dificultades durante la ejecución de estas actividades que fueron consideradas para ser corregidas durante la ejecución de la investigación.

Con los hallazgos encontrados se determinó la confiabilidad de la “Escala de estrés” con la aplicación del Alfa de Cronbach cuya fórmula es:

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

Donde:

- α = Coeficiente de confiabilidad.
 k = Número de ítems del instrumento.
 $\sum S_i^2$ = Sumatoria de la varianza de los ítems.
 S_T^2 = Varianza total.

Para conocer la confiabilidad de este instrumento de medición se elaboró una base de datos en el programa SPSS 23.0 cuyo procesamiento de datos arrojó el siguiente valor de fiabilidad para los resultados del estudio piloto:

Alfa de Cronbach	Nº de elementos
0.828	25

Fuente: Base de datos Prueba Piloto – SPSS 23.0

Este resultado permitió determinar que el instrumento de medición tenía un estándar alto de confiabilidad para la medición del estrés en la muestra analizada, avalando su utilización en el recojo de información.

Respecto al instrumento “Ficha de estado nutricional” no se aplicó ninguna prueba de confiabilidad porque la medición de la variable se realizó según los datos obtenidos en la toma de medidas antropométricos a través de instrumentos mecánicos de medición.

3.3.1.4. Recolección de datos.

Para la recolección de datos de este estudio de investigación se efectuaron estos procedimientos:

En primer lugar, se tramitó la expedición del documento de autorización para la ejecución del estudio, presentando el día 9 de octubre del 2019 un documento dirigido a la directora del Programa de Estudios de Enfermería de la UDH solicitando el permiso respectivo para poder aplicar los instrumentos de medición en

alumnos del séptimo a noveno ciclo de estudios de este programa académico que fue recepcionado siendo aceptado mediante el documento de autorización emitido el 11 de octubre del 2019.

Siguiendo con el procesó se identificó a los estudiantes en estudio y posteriormente se elaboró el plan de recolección de datos donde se detallaron las responsabilidad y funciones de cada persona integrante del equipo de investigación.

Se recolectaron los recursos para la ejecución del trabajo campo imprimiendo los instrumentos de recolección de datos, consentimientos informados, realizando la adquisición de una balanza de una capacidad máxima de 100 Kg y un valor de predictividad de 0,096 kg; también se gestionó el préstamo de un tallímetro del área de Enfermería del C.S. Perú Corea para la medición de las medidas nutricionales antropométricas.

Se capacitó a los encuestadores en los protocolos a realizar en la ejecución propiamente dicha y se programó la fecha de inicio de ejecución del estudio, previa coordinación con los docentes de aula para que cedan un espacio de su clase al finalizar su cátedra universitaria.

El día 13 de noviembre del 2019 se inició el estudio ingresando al aula del séptimo ciclo de estudios de Enfermería, donde previa explicación del propósito del estudio solicitando su participación dentro del trabajo de investigación, y a los que se mostraron de acuerdo se les entrego el documento de consentimiento informado para que lean los puntos establecidos dentro del mismo y pongan su firma correspondiente.

Posteriormente se entregó el cuestionario y la escala de estrés a los estudiantes de Enfermería para que lo rellenen individualmente, dándoles un tiempo prudencial para este procedimiento y posteriormente se recogió los instrumentos de medición aplicados en el estudio.

A continuación de manera ordenada se pidió a cada estudiante de Enfermería que ingrese al ambiente acondicionado para la medición de medidas antropométricas donde se realizó la

medición del peso y talla siguiendo los procedimientos establecidos por el MINSA para evaluación de la condición nutricional, posteriormente se sacó el IMC de cada estudiante realizando el diagnóstico nutricional respectivo para registrar los datos obtenidos en la ficha de estado nutricional, comunicando a cada estudiante el resultado de la valoración nutricional.

Se repitió el mismo procedimiento en los salones de octavo a noveno ciclo hasta completar la totalidad de la muestra requerida en el estudio, dándose por concluida la recolección de datos el día 30 de noviembre del 2019.

3.3.2. Para la presentación de datos

- a) Control de datos:** Se realizó la verificación de calidad de los instrumentos empleados en el estudio, corroborándose que todas las fichas y encuestas fueron aplicadas correctamente.
- b) Codificación de datos:** Los datos encontrados en los instrumentos fueron codificados cuantitativamente de acuerdo al libro de códigos de los instrumentos de medición elaborados en base al marco teórico de las variables; las mismas que fueron presentadas globalmente en la base de datos de la investigación.
- c) Procesamiento de datos:** Se realizó extrapolando la base de datos al programa IBM SPSS 23.0. donde se procesaron estadísticamente los hallazgos de la recolección de información.
- d) Presentación de datos-** Los datos encontrados se presentaron en tablas estadísticas de frecuencia y porcentajes siguiendo los parámetros estandarizados en las normativas vigentes.

3.3.3. Para el análisis e interpretación de datos

- a) Análisis descriptivo:** Se utilizaron estadísticos cualitativos descriptivos de frecuencias y porcentaje para la descripción de las características individuales relacionadas al estrés y el estado nutricional.
- b) Análisis inferencial:** El contraste de hipótesis planteadas en esta investigación se efectuó en el programa SPSS 23.0 siguiendo los

pasos del ritual de significancia con la aplicación del estadístico del Chi Cuadrado con un valor $p < 0,05$ para poder admitir las hipótesis formuladas en este trabajo de tesis.

3.4. Consideraciones éticas de la investigación

En la ejecución de la investigación se cumplió todos los criterios de integridad científica de las investigaciones en ciencias de la salud basado en el respeto a los valores éticos – morales que rigen la profesión de Enfermería por lo cual se pidió la firma del consentimiento informado escrito de los estudiantes que aceptaron participar de la investigación, respetando también los principios de beneficencia, autonomía, maleficencia y justicia a lo largo del trabajo de tesis

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. Procesamiento de datos

I. Características generales

Tabla 1. Características demográficas de estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.

Características Demográficas	n = 90	
	Fi	%
Edad:		
20 – 24	41	45,5
25 – 29	35	38,9
30 – 34	14	15,6
Género:		
Masculino	18	20,0
Femenino	72	80,0
Lugar de residencia:		
Huánuco	34	37,8
Amarilis	23	25,5
Pillco Marca	18	20,0
Otros lugares	15	16,7

Fuente: Base de datos informe de investigación.

En relación a la valoración de las características demográficas de estudiantes de Enfermería, se halló que 45,5% (41) tuvieron de 20 a 24 años, seguido de una proporción importante de 38,9% (35) que tuvieron de 25 a 29 años y en menor distribución porcentual, 15,6% (14) presentaron edades comprendidas entre 30 y 34 años.

Asimismo, se identificó que predominaron los estudiantes del género femenino en 80,0% (72) en contraste de una proporción minoritaria que fueron del género masculino en 20,0% (18).

Y en la parte inferior se observar que en cuanto al lugar de residencia de los estudiantes enfermeros(as), 37,8% (34) manifestaron que residen en Huánuco, 25,5% (23) tienen residencia en zonas del distrito de Amarilis,

20,0% (18) refirieron que viven en localidades ubicadas en la jurisdicción del distrito de Pillco Marca y 16,7% (15) señalaron que residen en otros lugares como la localidad del Valle, Tomayquichua, Ambo y otras localidades ubicadas fuera de la ciudad de Huánuco.

Tabla 2. Características sociales de estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.

Características Sociales	n = 90	
	Fi	%
Estado de civil		
Soltero(a)	42	46,7
Conviviente	31	34,4
Casado(a)	11	12,2
Separado(a)	6	6,7
Ocupación:		
Solo estudia	53	58,8
Estudia y trabaja	37	41,2
Tenencia de hijos:		
Si	33	36,7
No	57	63,3

Fuente: Base de datos informe de investigación.

Respecto a la valoración de las características sociales de estudiantes de Enfermería pudo identificarse que, en el análisis del estado civil, hubo predominio de estudiantes solteros(as) con 46,7% (42); seguido de un porcentaje significativa de 34,2% (31) que tienen la condición de convivientes, 12,2% (11) manifestaron ser casados(as) y 6,7% (6) tienen la condición de separados(as) de su pareja.

En referencia a la ocupación, se evidenció que 58,8% (53) se dedica exclusivamente al estudio universitario y 41,2% (37) manifestaron que estudian y laboran al mismo tiempo para costear sus gastos universitarios y del hogar.

Y respecto a la tenencia de hijos, 63,3% (57) de estudiantes encuestados(as) manifestaron que no tienen hijos y 36,7% (33) refirieron que tienen hijos(as).

Tabla 3. Características académicas de estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.

Características Académicas	n = 90	
	Fi	%
Ciclo de estudios:		
VII	30	33,3
VIII	33	36,7
IX	27	30,0
Condición de estudiante:		
Regular	64	71,1
Irregular	26	28,9
Percepción rendimiento académico:		
Bueno	25	27,8
Regular	61	67,8
Malo	4	4,4

Fuente: Base de datos informe de investigación.

En referencia a la valoración de características académicas de estudiantes de Enfermería, se encontró que, de la totalidad de personas encuestadas, 36,7% (33) fueron del VII ciclo, 33,3% (30) pertenecieron al VIII ciclo y 30,0% (27) estuvieron cursando el IX ciclo de estudios.

En cuanto a la condición de estudiante, 71,1% (64) de encuestados fueron estudiantes regulares y 28,9% (26) tuvieron la condición de estudiantes irregulares, por llevar cursos que suman menos de 12 créditos en el ciclo académico de estudios.

Y en la parte inferior se observa que, en relación a la percepción del rendimiento académico, 67,8% (61) manifestaron que tienen un rendimiento regular, 27,8% (25) percibieron que su rendimiento académico es bueno y 4,4% (4) consideraron que su rendimiento académico era malo y que tenían que mejorarlo.

II. Estrés en estudiantes de Enfermería.

Tabla 4. Estrés en estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.

Estrés	Fi	%
Estrés leve	39	43,3
Estrés moderado	51	56,7
Total	90	100,0

Fuente: Base de datos informe de investigación.

En la valoración del estrés en estudiantes de Enfermería de esta entidad universitaria, se identificó que 56,7% (51) de estudiantes evaluados presentaron características de estrés moderado y 43,3% (39) tuvieron estrés leve durante el desarrollo de sus actividades académicas.

Tabla 5. Estrés en la dimensión estresores académicos en estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.

Estrés Dimensión estresores académicos	Fi	%
Estrés leve	33	36,7
Estrés moderado	57	63,3
Total	90	100,0

Fuente: Base de datos informe de investigación.

En referencia a la evaluación del estrés según estresores académicos en los estudiantes de la carrera profesional de Enfermería se evidenció que 63,3% (57) tuvieron estrés moderado frente a los estresores que se presentan en el ámbito universitario y en menor proporción, 36,7% (33) tuvieron estrés leve en la valoración de esta dimensión.

Tabla 6. Estrés en la dimensión reacciones físicas en estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.

Estrés Dimensión Reacciones Físicas	Fi	%
Estrés leve	44	48,9
Estrés moderado	46	51,1
Total	90	100,0

Fuente: Base de datos informe de investigación.

Respecto al estrés en la dimensión reacciones físicas de los estudiantes de Enfermería, pudo identificarse que 51,1% (46) tuvieron estrés moderado, evidenciando tener manifestaciones físicas características del estrés académico (46); y en menor proporción 48,9% (44) presentaron estrés leve de acuerdo a la valoración de las manifestaciones físicas del estrés en su organismo.

Tabla 7. Estrés en la dimensión reacciones psicológicas en estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.

Estrés Dimensión Reacciones Psicológicas	Fi	%
Estrés leve	36	40,0
Estrés moderado	54	60,0
Total	90	100,0

Fuente: Base de datos informe de investigación.

En cuanto al estrés según reacciones psicológicas en los estudiantes de Enfermería, se halló que 60,0% (54) de encuestados mostraron estrés moderado pues presentaron manifestaciones psicológicas características del estrés académico en su vida cotidiana; y en menor porcentaje, 40,0% (36) tuvieron estrés leve en la valoración de las reacciones psicológicas del estrés en el contexto universitario.

Tabla 8. Estrés en la dimensión reacciones conductuales en estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.

Estrés Dimensión Reacciones Conductuales	Fi	%
Estrés leve	41	45,5
Estrés moderado	49	54,5
Total	90	100,0

Fuente: Base de datos informe de investigación.

Respecto al estrés en según reacciones conductuales en los estudiantes de Enfermería se identificó que 54,5% (49) de encuestados tuvieron estrés moderado, que se manifiestan en la presencia de conductas propias del estrés académico en las labores universitarias; y en menor distribución porcentual, 45,5% (41) mostraron estrés leve en la valoración de las reacciones conductuales del estrés académico durante el desarrollo de las actividades universitarias.

III. Estado nutricional.

Tabla 9. Estado nutricional de estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.

Estado nutricional	Fi	%
Normal	53	58,9
Sobrepeso	31	34,4
Obesidad	6	6,7
Total	90	100,0

Fuente: Ficha de rendimiento académico.

En referencia a la valoración del estado nutricional de estudiantes del programa de estudios de Enfermería, se encontró que 57,8% (52) tuvieron un estado nutricional normal; seguido de una proporción de 34,4% (31) que presentaron sobrepeso y en inferior porcentaje, 7,8% (7) tuvieron el diagnóstico nutricional de obesidad.

4.2. Contrastación y prueba de hipótesis

Tabla 10. Relación entre el estrés y el estado nutricional en estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.

Estrés	Estado Nutricional						Total		X²	P valor
	Normal		Sobrepeso		Obesidad					
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%		
Estrés leve	29	32,2	9	10,0	1	1,1	39	43,3	7,116	0,028
Estrés moderado	24	26,7	22	24,4	5	5,6	51	56,7		
TOTAL	53	58,9	31	34,4	6	6,7	90	100.0		

Fuente: Base de datos informe de investigación.

En el análisis de la relación entre estas variables inicialmente se formularon estas hipótesis:

Ho: El estrés no se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la UDH – 2019.

Hi: El estrés se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la UDH – 2019.

Al realizar el contraste de hipótesis con la prueba del Chi Cuadrado se encontró un valor de $X^2 = 7,116$ con un $p = 0,028$ que es inferior al 5.0% evidenciando la relación entre las variables de análisis, por tanto, se pudo rechazar la hipótesis nula y se concluye aceptando la hipótesis que establece que el estrés se relaciona con el estado nutricional de estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la UDH.

Tabla 11. Relación entre el estrés en la dimensión estresores académicos y el estado nutricional en estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.

Estrés Dimensión estresores académicos	Estado Nutricional						Total		X ²	P valor
	Normal		Sobrepeso		Obesidad					
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%		
Estrés leve	25	28,9	8	7,8	0	0,0	33	36,7	7,566	0,023
Estrés moderado	28	30,0	23	26,6	6	6,7	57	63,3		
TOTAL	53	58,9	31	34,4	6	6,7	90	100.0		

Fuente: Base de datos informe de investigación.

Respecto a la evaluación de la relación entre el estrés en la dimensión estresores académicos y el estado nutricional de la muestra estudiada se plantearon las siguientes hipótesis específicas:

Ho₁: El estrés en la dimensión estresores académicos no se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.

Hi₁: El estrés en la dimensión estresores académicos se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.

Al efectuar la comprobación de hipótesis con la prueba del Chi Cuadrado se obtuvo un $X^2 = 7,566$ con un $p = 0,023$ que no supera el valor de significancia del 5%; corroborándose la relación entre las variables; por tanto, la Ho₁ es rechazada y se acepta la Hi que afirma que el estrés en la dimensión estresores académicos se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de la carrera profesional de Enfermería.

Tabla 12. Relación entre el estrés en la dimensión reacciones físicas y el estado nutricional en estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.

Estrés		Estado Nutricional						Total		X²	P valor
Dimensión reacciones físicas		Normal		Sobrepeso		Obesidad					
		Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%		
Estrés leve		32	35,6	10	11,1	2	2,2	44	48,9	6,812	0,033
Estrés moderado		21	23,3	21	23,3	4	4,5	46	51,1		
TOTAL		53	58,9	31	34,4	6	6,7	90	100.0		

Fuente: Base de datos informe de investigación.

En referencia a la valoración de la relación entre el estrés en la dimensión reacciones físicas y el estado nutricional de los estudiantes enfermeros(as) se formularon estas hipótesis:

Ho₂: El estrés en la dimensión reacciones físicas no se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.

Hi₂: El estrés en la dimensión reacciones físicas se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.

Al realizar el contraste de hipótesis formuladas mediante la prueba estadística establecida se encontró un valor de Chi Cuadrado de 6,812 con un $p = 0,033$ que no sobrepasa el valor de significancia del 5%, admitiéndose la existencia de asociación entre estas variables; por tanto, existen evidencias suficientes para rechazar la Ho₂ y se admite la hipótesis que establecer que el estrés en la dimensión reacciones físicas se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de la profesión de Enfermería

Tabla 13. Relación entre el estrés en la dimensión reacciones psicológicas y el estado nutricional de estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.

Estrés Dimensión reacciones psicológicas	Estado Nutricional						Total		X²	P valor
	Normal		Sobrepeso		Obesidad					
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%		
Estrés leve	28	31,1	7	7,8	1	1,1	36	40,0	8.916	0,012
Estrés moderado	25	27,8	24	26,6	5	5,6	54	60,0		
TOTAL	53	58,9	31	34,4	6	6,7	90	100.0		

Fuente: Base de datos informe de investigación.

En concernencia a la valoración de la relación que se manifiesta entre el estrés en la dimensión reacciones psicológicas y el estado nutricional de los estudiantes evaluados se formularon estas hipótesis:

Ho₃: El estrés en la dimensión reacciones psicológicas no se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.

Hi₃: El estrés en la dimensión reacciones psicológicas se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.

Al efectuar la comprobación de las hipótesis planteadas con el Chi Cuadrado se halló un $X^2 = 8,916$ y un $p = 0,012$ inferior al valor de significancia del 5%; que demuestra la relación entre las variables

analizadas; que conlleva a refutar la H_{03} y aceptar la hipótesis que menciona que el estrés en la dimensión reacciones psicológicas se relaciona con el estado nutricional en estudiantes del programa académico de Enfermería.

Tabla 14. Relación entre el estrés en la dimensión reacciones conductuales y el estado nutricional de estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019.

Estrés Dimensión reacciones conductuales	Estado Nutricional						Total		X²	P valor
	Normal		Sobrepeso		Obesidad					
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%		
Estrés leve	30	33,3	9	10,0	2	2,2	41	45,5	6,382	0,041
Estrés moderado	23	25,6	22	24,4	4	4,5	49	54,5		
TOTAL	53	58.9	31	34.4	6	6.7	90	100.0		

Fuente: Base de datos informe de investigación.

En la evaluación de la relación entre el estrés en la dimensión reacciones conductuales y el estado nutricional de los estudiantes enfermeros(as) se formularon las siguientes hipótesis:

H_{04} : El estrés en la dimensión reacciones conductuales no se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.

H_{i4} : El estrés en la dimensión reacciones conductuales se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.

Al realizar el contraste de las hipótesis formuladas con el estadístico del Chi Cuadrado se obtuvo un $\chi^2 = 6,382$ y un $p = 0,041$ menor al valor de significancia $p = 0,05$; que conlleva a admitir la relación entre variables; siendo rechazada la H_{04} y aceptada la hipótesis que asevera que el estrés en la dimensión reacciones conductuales se relaciona con el estado nutricional en estudiantes del programa de estudios de Enfermería.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

5.1. Contrastación de resultados

Este trabajo de investigación surgió del principio establecido por Ramón, Martínez, Granada, Echaniz, Pellicer y Juárez²⁰ que señalan que las personas que están expuestas a periodos prolongados de estrés experimentan una alteración en el mecanismo hormonal, metabólico y conductual de las personas que provocan que presenten alteraciones nutricionales como el sobrepeso u obesidad, que se están constituyendo en una problemática de magnitud creciente en los estudiantes universitarios.

Por ello en esta investigación se realizó proponiéndose determinar la relación entre el estrés y el estado nutricional de los estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la UDH durante el periodo académico 2019, que permitió corroborar mediante los procedimientos estadísticos respectivos y la comprobación de hipótesis con el Chi Cuadrado que existe relación entre las variables de análisis ($X^2 = 7,116$; $p = 0,028$) permitiendo admitir la hipótesis de investigación en los hallazgos evidenciados en este estudio investigativo.

Asimismo, se encontró relación significativa entre el estrés en la dimensión estresores académicos ($p = 0,023$), reacciones físicas ($p = 0,033$), reacciones psicológicas ($p = 0,012$) y reacciones conductuales ($p = 0,041$) con el estado nutricional de los estudiantes de Enfermería de la UDH.

En esta perspectiva también se halló que los estudiantes que estuvieron expuestos a niveles moderados de estrés tendieron a presentar problemas de sobrepeso en 24,4% y obesidad en 5,6%; mientras que los que estuvieron expuestos a un nivel de estrés fueron más propensos a tener un estado nutricional normal en 32,2%; demostrando que el estrés tuvo asociación con los problemas nutricionales en los alumnos participantes de la investigación.

Estos resultados son concordantes con los principios formulados en los modelos que analizan la relación del estrés y la alimentación citados por Silva⁴⁰ donde menciona que las personas que están expuestas a diversos factores estresantes incrementan el consumo de alimentos produciéndose un efecto de desinhibición alimentaria que altera su condición nutricional favoreciendo la presencia de alteraciones nutricionales por exceso de peso (sobrepeso, obesidad), siendo esta relación observada en el ámbito de estudio.

Fisiológicamente Cortes, Escobar, Cebada, Soto, Bilbao y Vélez¹⁹ mencionan que esto se debe a que el estrés tiende a aumentar los niveles de la hormona cortisol en el organismo provocando que se presente un aumento de la insulina que va asociado a un incremento sostenido del apetito que provoca un consumo mayor de alimentos favoreciendo el desarrollo del sobrepeso y la obesidad, que ha quedado corroborada en nuestros resultados donde se identificó que aquellos(as) alumnos(as) que tuvieron altos niveles de estrés fueron las que en mayor proporción presentaron problemas nutricionales de exceso de peso.

Gómez y Ortiz¹⁸ también corroboraron la relación de estas variables estableciendo que los individuos que están expuestos a periodos permanentes de estrés crónicos sufren una alteración de sus mecanismo cognitivos, metabólicos y conductuales que favorecen el incremento de la grasa corporal, siendo ello demostrado en los hallazgos presentados en este informe.

Peña, Priego, Rendón, Martínez y García²² también concordar en mencionar que es preocupante que un alto porcentaje de estudiantes estén presentando problemas de peso, manifestando que esto se encuentra que esto asociado a un incremento en la ingesta de alimentos provocados por una exposición frecuente a eventos estresantes, que también ha sido analizada con preocupación en esta investigación pues 34,4% de estudiantes evaluados tuvieron problemas de sobrepeso y 6,7% presentaron obesidad estando expuestos la mayoría de ellos a niveles moderados de estrés.

Moreno, Gallegos, Zuñiga, Torres, Serna, Rodríguez et al³⁰ también identificaron la presencia de relación entre estas variables, manifestando como probable factor causal que los estudiantes no consideran una alimentación saludable en sus patrones alimentarios, siendo la ingesta de alimentos incrementada cuando están expuestos a situaciones de alta vulnerabilidad, siendo concordantes nuestros resultados.

Ramos³¹ también coincidió en mencionar que existe relación entre el estado nutricional y estrés en alumnos universitarios manifestando que la exposición a episodios estresantes conlleva al incremento de la ingesta de comidas, la compulsión alimentaria y el incremento del apetito que altera los hábitos alimenticios y provoca la presencia de alteraciones nutricionales.

Ali²⁴ también evidenció la presencia entre estas variables señalando que los estresores académicos pueden surgir en cualquier momento del desarrollo de las labores universitarias favoreciendo el desarrollo de hábitos alimenticios no saludables como estrategia del estrés que provoca alteraciones de su estado nutricional, que también fue corroborado en los hallazgos presentados en esta tesis.

Sin embargo, Urbanetto, Rocha, Dutra, Maciel, Bandeira y Magnano¹¹ encontraron resultados que difieren de los presentados en este trabajo de investigación pues no evidenciaron relación significativa entre el estrés y estado nutricional; refiriendo que los problemas nutricionales muestran mayor asociación con la adopción de conductas obesogénicas como la inactividad física y patrones alimenticios no saludables, considerando que el estrés no tuvo mayor influencia en las alteraciones del estado nutricional.

Camino y Chávez³² tampoco comprobaron la presencia de relación entre estas variables, manifestando que la presencia de alteraciones nutricionales en los estudiantes universitarios es independiente de la exposición prolongada a situaciones estresantes, enfatizando que esto depende esencialmente de las medidas estratégicas que aplican los estudiantes para enfrentar las situaciones

que se presentan en el contexto universitario, que debe ser motivo de mayor análisis para una adecuada delimitación de la problemática.

En esta perspectiva, los hallazgos presentados en este trabajo de investigación contrastados con las de otros estudios ejecutados en diversos contextos demográficos demuestran que existen evidencias suficientes para aceptar la asociación entre el estrés y estado nutricional de estudiantes de la carrera profesional de Enfermería, siendo esto preocupante porque se está identificando un incremento significativo de estudiantes con alteraciones nutricionales de sobrepeso y obesidad, que podrían estar siendo causadas por la exposición permanente a diversos estresores presentes en el ámbito universitarios que provocan una alteración de sus patrones alimenticios y favorecen el desarrollo de conductas obesogénicas, en la población estudiantil de esta noble carrera profesional; considerando que la aplicación de estrategias de abordaje y afrontamiento del estrés cumple un rol clave para afrontar esta problemática.

Por otra parte, en la realización de este estudio se consideran como fortalezas relevantes que se aplicó una metodología adecuada a lo largo de todo el trabajo de investigación, resaltándose que la muestra de análisis fue idónea porque se consideraron como participantes del estudio a una proporción representativa de los alumnos del séptimo a noveno ciclo de la UDH que avalan la representatividad de nuestros hallazgos, resaltándose también que se utilizaron instrumentos que cumplen con parámetros de validez y confiabilidad estadística para una mejor medición de las variables.

Sin embargo, es importante reconocer que en este trabajo también se presentaron algunas dificultades y limitaciones que han sido detallados en el primer capítulo de este trabajo de tesis, estableciéndose también que los resultados de esta tesis solo son válidos para los estudiantes de Enfermería en estudio, pero pueden ser utilizados como criterios de referencia para el desarrollo de futuras investigaciones que aborden la problemática presentada en este informe de tesis.

En consecuencia, se considera que es trascendental que esta temática puede ser abordado y discutido ampliamente en futuros estudios para favorecer la implementación de estrategias de afrontamiento de esta problemática en el ámbito universitario, para que los jóvenes que cursan la educación superior sean conscientes de la trascendencia del cuidado de salud y de qué manera el estrés puede afectar su salud física para que puedan implementar estrategias de afrontamiento que permitan mejorar este panorama y disminuir los riesgos en el estado de salud debido a las alteraciones del estado nutricional.

CONCLUSIONES

En este trabajo de investigación se llegaron a las siguientes conclusiones:

1. El estrés se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco 2019 ($p = 0,028$).
2. El estrés en la dimensión estresores académicos se relaciona con el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco ($p = 0,023$).
3. El estrés en la dimensión reacciones físicas se relaciona con el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco ($p = 0,033$).
4. El estrés en la dimensión reacciones psicológicas se relaciona con el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco ($p = 0,012$).
5. El estrés en la dimensión reacciones conductuales se relaciona con el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de la Universidad de Huánuco ($p = 0,041$).

RECOMENDACIONES

A la comunidad científica.

- Replicar esta investigación en todas las carreras profesionales de las universidades públicas y privadas de Huánuco para conocer la realidad de esta problemática en los estudiantes universitarios y establecer las medidas de intervención pertinentes.
- Realizar investigaciones donde se evalúe los efectos del estrés en las conductas alimentarias de los estudiantes de educación superior para una mejor contextualización de esta problemática.

A la Universidad de Huánuco.

- Implementar programas de prevención de estrés académico que permitan que los estudiantes puedan afrontar de manera adecuada los estresores propios del contexto universitario.
- Coordinar con la Oficina de Bienestar Universitario para el desarrollo de actividades culturales, deportivas y lúdicas en la universidad como estrategias de afrontamiento del estrés y prevención de alteraciones nutricionales como el sobrepeso y la obesidad.
- Implementar un cafetín universitario dentro de la universidad donde se promueva la venta y consumo de comidas saludables como estrategia de prevención del sobrepeso u obesidad en los estudiantes universitarios.

Al programa de estudios de Enfermería de la UDH.

- Gestionar con la coordinadora del programa de estudios de Psicología para que sus estudiantes puedan brindar talleres de relajación y afrontamiento del estrés académico en estudiantes de la carrera profesional de Enfermería, favoreciendo al abordaje interdisciplinario de esta problemática.
- Promover la implementación de ambientes saludables en el programa académico de Enfermería donde se fomenta la práctica de actividades recreativas y de relajación para que los alumnos puedan tener un manejo idóneo del estrés en el contexto académico.

A los docentes del programa de estudio de Enfermería.

- Promover que los estudiantes de Enfermería adopten estilos saludables, incentivando el consumo de alimentos saludables y la práctica de

actividad física como medidas de prevención de las alteraciones nutricionales como el sobrepeso y la obesidad.

- Planificar pausas activas durante las clases donde se desarrollen actividades de relajación (respiración, ejercicios, etc.) como estrategia de manejo del estrés en estudiantes de Enfermería.

A los estudiantes de Enfermería.

- Realizar el control periódico de su peso para monitorear su estado nutricional y seguir un régimen dietético saludable si se presentan problemas de sobrepeso u obesidad.
- Practicar hábitos alimenticios saludables en su vida cotidiana, limitando el consumo de comidas rápida y bebidas azucaradas como medidas de prevención de las alteraciones nutricionales de sobrepeso u obesidad.
- Adoptar estrategias de afrontamiento para un adecuado manejo del estrés académico como la planificación del tiempo libre y la ejecución de las actividades académicas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Silva M, López J, Sánchez O, Gonzáles P. Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería. RECIEN. [Internet] 2019; 18(1): 25 – 39 [Consultado 2019 junio 19] Disponible en: https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/100448/1/RECIEN_18_03.pdf
2. Sandoval D, Torres C. Relación entre el estrés académico y los hábitos alimentarios de los alumnos de la carrera de Nutrición y dietética de la Universidad Del Desarrollo, 2018. [Internet] Chile: Universidad del Desarrollo; 2018 [Consultado 2019 junio 19] Disponible en: <https://repositorio.udd.cl/bitstream/handle/11447/2344/Documento.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
3. Jerez M, Oyarzo C. Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. Revista chilena de neuro-psiquiatría [Internet] 2015; 53(3): 149 – 157 [Consultado 2019 junio 19] Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272015000300002&lng=es.
4. Tasayco E. Estrés académico en estudiantes de Enfermería del primer al séptimo ciclo de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga Ica – Perú 2018. Rev. Enferm. Vanguard. [Internet] 2019; 7(2): 29 – 40 [Consultado 2019 junio 19] Disponible en: <https://revistas.unica.edu.pe/index.php/vanguardia/article/view/203/238>
5. Martín M. Estrés académico en estudiantes universitarios. Apuntes de psicología. [Internet] 2007; 25: 87- 99 [Consultado 2019 junio 19] Disponible en: <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/117>
6. Cornejo J, Salazar R. Estrés académico en estudiantes de una Universidad Privada y Nacional de Chiclayo. [Internet] Chiclayo: Universidad Señor de Sipán; 2018. [Consultado 2019 junio 19] Disponible en: <http://repositorio.uss.edu.pe/handle/uss/4237>

7. Arévalo S, Pacaya J, Arévalo R. Estrés en el interno de Enfermería de la Universidad Nacional de Ucayali y su desempeño en los hospitales de la región de Ucayali – Pucallpa – 2014 [Internet] Pucallpa: Universidad Nacional de Ucayali; 2014. [Consultado 2019 junio 19] Disponible en: <http://repositorio.unu.edu.pe/handle/UNU/2070>

8. De Dios J, Varela I, Braschi L, Sánchez E. Estrés en estudiantes de enfermería. *Educ Med Super* [Internet]. 2017; 31(3): 110 – 123 [Consultado 2019 noviembre 18] Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412017000300013&lng=es.

9. Tessa G. Factores estresores percibidos por los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Católica del Uruguay en la práctica clínica. *Rev. Colomb. Enferm.* [Internet]. 2015; 10(10): 27 – 34 [Consultado 2019 noviembre 18] Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6547170>

10. Cervera B, Serrano U, Cruz V, Milla T, García M. Hábitos alimentarios y evaluación nutricional en una población universitaria. *Rev. Nutr Hosp.* [Internet]. 2013; 28 (3): 438 – 446. [Consultado 2019 noviembre 18] Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112013000200023&lng=es.

11. Urbanetto J; Rocha P, Dutra R, Maciel M, Bandeira A, Magnano T. Estrés y sobrepeso/obesidad en estudiantes de enfermería. *Rev. Latino-Am. Enfermagem* [Internet]. 2019; 27: e3177. [Consultado 2019 noviembre 18] Disponible en: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692019000100361&lng=en

12. Rivera M. Hábitos alimentarios de estudiantes de tabasco. *Rev. Cubana de salud Pública.* [Internet] 2006; 32 (3): 67 – 76. [Consultado 2019 noviembre 18] Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662006000300005&lng=es.

13. Huamán L, Bolaños N. Sobre peso, obesidad y actividad física en estudiantes de enfermería pregrado de una universidad privada. [Internet] 2019; 23 (2): 184 – 190. [Consultado 2019 noviembre 18] Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2254-28842020000200008&lng=es
14. González L, Carreño C, Estrada A, Monsalve J, Álvarez S. Exceso de peso corporal en estudiantes universitarios según variables sociodemográficas y estilos de vida Rev. Chil. Nutr. [Internet]. 2017; 44(3): 251 – 261 [Consultado 2019 noviembre 18] Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182017000300251&lng=es
15. Garay J, Santos M, Félix M, Beltrán M, Jiménez V. Estrés académico en estudiantes universitarios de Enfermería. Paraninfo Digital [Internet]. 2018; 12(28): e166 [Consultado 2019 noviembre 18] Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n28/pdf/e166.pdf>
16. Acuña L, Arias Y, Chipana D, Sifuentes L, Quispe P. Exceso de peso y actividad física en estudiantes de Enfermería de la Universidad del Norte de Lima. Revista Peruana de Salud Pública y Comunitaria. [Internet]. 2018; 21(1): 26 – 29 [Consultado 2019 noviembre 18] Disponible en: <https://revistas.ual.edu.pe/index.php/revistaual/article/viewFile/36/17>
17. Campos S. Estrés académico en los estudiantes de primer a cuarto ciclo de la Universidad Autónoma de Ica [Internet]. Chíncha; Universidad Autónoma de Ica [Consultado 2019 noviembre 18] Disponible en: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/228>
18. Gómez D, Ortiz M. Estigma de obesidad, cortisol e ingesta alimentaria: un estudio experimental con mujeres. Revista Médica de Chile. [Internet] 2019;147(3): 314 – 321 [Consultado 2019 noviembre 18] Disponible en:

https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872019000300314&lng=es

19. Cortes C, Escobar A, Cebada J, Soto G, Bilbao T, Vélez M. Estrés y cortisol: implicaciones en la ingesta de alimento Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas. [Internet] 2018;37(3): 1 – 15 [Consultado 2019 noviembre 18] Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/ibi/v37n3/ibi13318.pdf>
20. Ramón E, Martínez B, Granada M, Echaniz E, Pellicer B, Juárez R. Conducta alimentaria y su relación con el estrés, la ansiedad, la depresión y el insomnio en estudiantes universitarios. Nutr. Hosp. [Internet]. 2019; 36(6): 1339 – 1345 [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112019000600017&lng=es.
21. Lecube A, Monoreo S, Rubio M, Martínez P, Martí A, Salvador J et al. Prevención, diagnóstico y tratamiento de la obesidad. Posicionamiento de la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad de 2016. Endocrinol Diabetes Nutr [Internet]. 2017; 64(S1): 15 – 22 [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1575092216301097?via%3Dihub>
22. Peña C, Priego S, Rendón L, Martínez B, García F. Calidad de sueño, índice de masa corporal y estrés en trabajadores universitarios. Revista Médica de la Universidad Veracruzana. [Internet] 2018; 18(1): 17 – 28. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/veracruzana/muv-2018/muv181c.pdf>
23. Paz J. Nivel de Estrés, nivel de ansiedad, estado nutricional y hábitos alimentarios en personal auxiliar de tres Universidades de la ciudad de Mar del Plata. [Internet] Argentina: Universidad FASTA; 2013. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <http://redi.ufasta.edu.ar:8080/xmlui/handle/123456789/861>

24. Ali R. Estado nutricional y hábitos alimentarios en relación con el estrés en adolescentes de una Academia Preuniversitaria en Villa El Salvador. [Internet] Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2018. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12672/8632>
25. Vargas A. Niveles de estrés y su relación con el estado nutricional a gran altura en estudiantes universitarios del primer nivel de la Facultad de Medicina de la UNA. [Internet] Puno: Universidad Nacional del Altiplano; 2018. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/765>
26. Fabián T. Nivel de conocimiento sobre hábitos alimentarios en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Naranjillo Tingo María 2016. [Internet] Tingo María: Universidad de Huánuco; 2017. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <http://repositorio.udh.edu.pe/123456789/703>
27. Yenque M. Nivel de atención del perfil de la obesidad y patologías cardiometabólicas en pacientes adultos del servicio de Endocrinología del Hospital “Luis Nicasio Sáenz” de la Policía Nacional del Perú, Abril – mayo 2017. [Internet] Lima: Universidad Norbert Wiener; 2017. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <http://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/123456789/1431>
28. Castillo H, Cutipé Y. Implementación, resultados iniciales y sostenibilidad de la reforma de servicios de salud mental en el Perú, 2013-2018 Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica [Internet] 2019; 36(2): 326 – 333. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342019000200023&lng=es.
29. Villena J. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en el Perú. Revista Peruana de Ginecología y Obstetricia. [Internet] 2017; 63(4): 593 – 598. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en:

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2304-51322017000400012&lng=es.

30. Moreno A, Gallegos M, Zúñiga O; Torres R, Serna L, Rodríguez G et al. Estrés académico y patrón alimentario en estudiantes universitarios de la Licenciatura en Arquitectura. *Lux Médica* [Internet] 2015; 10(29): 15 – 22. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <https://revistas.uaa.mx/index.php/luxmedica/article/view/764>
31. Ramos J. Estrés académico en relación al estado nutricional de los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Nutrición Humana UNA. [Internet] Puno: Universidad Nacional del Altiplano; 2019 [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/13245>
32. Camino M, Chávez K. Relación del estrés académico y estilos de vida con el estado nutricional en estudiantes de Nutrición – UNAS 2019. [Internet] Arequipa: Universidad Nacional San Agustín de Arequipa; 2019 [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/13245>
33. Bermúdez J. Relación entre el índice de masa corporal y la sintomatología del síndrome de burnout académico en los estudiantes de Nutrición de la Universidad Católica Sedes Sapientiae 2016. [Internet] Lima: Universidad Católica Sedes Sapientiae; 2017. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <http://repositorio.ucss.edu.pe/handle/UCSS/505>
34. Bernardo Y. Factores asociados al estrés en estudiantes de Enfermería de la Universidad de Huánuco que inician sus prácticas clínicas Huánuco - 2017. [Internet] Huánuco: Universidad Nacional de Huánuco; 2019 [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <http://repositorio.udh.edu.pe/123456789/2108>
35. Ortiz K. Nivel de estrés académico y sus características sociodemográficas en estudiantes de Enfermería que cursan el primer ciclo de la Universidad de Huánuco Sede Tingo María. [Internet]

- Huánuco: Universidad de Huánuco; 2017. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <http://repositorio.udh.edu.pe/123456789/661>
36. Garay P. Calidad de vida y estrés en los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad de Huánuco. [Internet] Huánuco: Universidad de Huánuco; 2017. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <http://repositorio.udh.edu.pe/123456789/745>
 37. Dias N, Pais – Ribeiro J. O modelo de coping de Folkman e Lazarus: aspectos históricos e conceituais. Rev. Psicol. Saúde [Internet]. 2019; 11(2): 55 – 66 [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-093X2019000200005&lng=pt.
 38. Barre E, Muñoz S, Vega C, Silva A, Gómez G. Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman. Revista Intercontinental de Psicología y Educación [Internet]. 2014; 16(1): 37 – 57 [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/802/80230114003.pdf>
 39. Scafarelli L, García R. Estrategias de afrontamiento al estrés en una muestra de jóvenes universitarios uruguayos. Ciencias Psicológicas. [Internet]. 2010; 4(2): 165 – 175 [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212010000200004&lng=es&tlng=es
 40. Silva J. Sobrealimentación Inducida por la Ansiedad Parte I: Evidencia Conductual, Afectiva, Metabólica y Endocrina. Teoría Psicológica [Internet]. 2007; 25(2): 141 – 154 [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082007000200005>
 41. Sierra J, Ortega V, Zubeidat I. Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. Revista Mal Estar e Subjetividade [Internet]. 2003; 3(1): 10 – 59 [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482003000100002&lng=pt&tlng=es.

42. Berrío N, Mazo R. Estrés Académico. Revista de Psicología Universidad de Antioquia [Internet]. 2011; 3(2): 65 – 82. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=486524>

43. Alfonso A, Calcines M, Monteagudo R, Nieves Z. Estrés académico EDUMECENTRO [Internet]. 2015; 7(2): 163 – 178. [Consultado 2019 noviembre 20] http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013&lng=es.

44. Ávila J. El estrés un problema de salud del mundo actual. Rev.Cs.Farm. y Bioq [Internet]. 2014; 2(1): 117 – 125. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2310-02652014000100013&lng=es

45. Piñeiro M. Estrés y factores relacionados en el personal sanitario de hospitalización psiquiátrica: un estudio de prevalencia. Enfermería Global [Internet]. 2013; 12(31): 125 – 150. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412013000300008&lng=es

46. Suárez N, Díaz L. Estrés académico, deserción y estrategias de retención de estudiantes en la educación superior. Revista de Salud Pública. [Internet]. 2015; 17(2): 300 – 313. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <https://scielosp.org/pdf/rsap/2015.v17n2/300-313/es>

47. Castillo C, Chacón T, Díaz G. Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud Investigación en educación médica [Internet]. 2016; 5(20): 230 – 237. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-50572016000400230&lng=es.

48. Picoy J. Inteligencia emocional y estrés académico en los estudiantes de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. [Internet] Huánuco: Universidad Nacional Hermilio Valdizán; 2015. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <http://repositorio.unheval.edu.pe/handle/UNHEVAL/776>

49. Caldera J, Pulido B, Martínez M. Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. Revista de Educación y Desarrollo [Internet]. 2008; 7(1): 77 – 82. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.pdf

50. Barraza A, Silerio J. El estrés académico en alumnos de educación media superior: un estudio comparativo. Revista Investigación Educativa [Internet] 2007, 7(2): 48 – 65. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2358918>

51. Álvarez L, Gallegos R, Herrera P. Estrés académico en estudiantes de tecnología superior. Universitas [Internet] 2018, 28(1): 193 – 209. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1390-86342018000100193&lng=es&tlng=es.

52. Barraza A. El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. Av. Psicol. Latinoam. [Internet] 2008; 1(26): 21 – 27. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf>

53. Conchado J, Álvarez R, Cordero G, Gutiérrez F, Terán F. Estrés académico y resultados docentes en estudiantes de medicina. Rev Ciencias Médicas [Internet] 2019; 23(2): 302 – 309. [Consultado 2019 noviembre 18] Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942019000200302&lng=es.

54. Barraza A. Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. Revista electrónica Psicología Científica [Internet] 2006; 4(3): 34 – 42. [Consultado 2019 noviembre 29] Disponible en: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/19028>
55. Figueroa D. Estado nutricional como factor y resultado de la seguridad alimentaria y nutricional y sus representaciones en Brasil. Revista de Salud Pública [Internet] 2004; 6(2): 140 – 155. [Consultado 2019 noviembre 29] Disponible en: <https://www.scielosp.org/pdf/rsap/2004.v6n2/140-155/es>
56. Ratner R, Hernández P, Martel J, Atalah E. Calidad de la alimentación y estado nutricional en estudiantes universitarios de 11 regiones de Chile. Rev. Méd. Chile [Internet] 2012; 140(12): 1571 – 1579. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872012001200008&lng=es.
57. Becerra F, Vargas M. Estado nutricional y consumo de alimentos de estudiantes universitarios admitidos a nutrición y dietética en la Universidad Nacional de Colombia. Rev. salud pública. [Internet] 2015; 17 (5): 762 – 775. [Consultado 2019 noviembre 25] Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v17n5/v17n5a10.pdf>
58. Lapo D, Quintana M. Relación entre el estado nutricional por antropometría y hábitos alimentarios con el rendimiento académico en adolescentes. Revista Archivo Médico de Camagüey [Internet] 2018; 22 (6): 755 – 774. [Consultado 2019 noviembre 25] Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552018000600755&lng=es.
59. Martínez C, Veiga P, López A, Cobo J, Carbajal A. Evaluación del estado nutricional de un grupo de estudiantes universitarios mediante parámetros dietéticos y de composición corporal Nutrición Hospitalaria [Internet] 2005; 20 (3): 197 – 203. [Consultado 2019 noviembre 26] Disponible en:

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112005000400006&lng=es.

60. Manzanero D, Rodríguez A, García L, Cortez J. Estado nutricional, factores sociodemográficos y de salud en estudiantes de nuevo ingreso a la UAZ Enfermería universitaria [Internet] 2018; 15 (4): 383 – 393. [Consultado 2019 noviembre 27] Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632018000400383&lng=es.
61. Muñoz P, Huamán J. Estado nutricional de estudiantes de Medicina de la Universidad Nacional de Trujillo. Revista Médica de Trujillo. [Internet] 2018; 13 (3): 131 – 139. [Consultado 2019 noviembre 20] Disponible en: <https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/RMT/article/view/2096>.
62. Riveros S, Apolaya M. Características clínicas y epidemiológicas del estado nutricional en ingresantes a la facultad de medicina humana de una universidad privada. Acta Médica Peruana [Internet] 2019; 27 (1): 27 – 33. [Consultado 2019 noviembre 28] Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v37n1/1728-5917-amp-37-01-27.pdf>
63. Miraval E, Greiner A, Perea E, Suárez Z, Calderón M, Hernández L et al. Relación entre el índice de masa corporal y la percepción de imagen corporal en estudiantes universitarias, Lima – Perú 2013. Consensus [Internet] 2014; 19 (2): 91 – 100. [Consultado 2019 noviembre 28] Disponible en: https://www.unife.edu.pe/centro-investigacion/revista/N19_Vol2/Artu00EDculo%207.pdf
64. Cárdenas H, Ramos P, Lama E, Moreno A. NUTRI-HABI: Estado nutricional y hábitos alimentarios de estudiantes ingresantes a la Universidad Nacional Agraria La Molina. Perú. Rev Esp Nutr Comunitaria [Internet] 2019; 25 (4): 1 – 11. [Consultado 2019 noviembre 28] Disponible en: http://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC_2019_4_05..pdf



Anexo N° 1
MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título del estudio: “ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SÉPTIMO AL NOVENO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO – 2019”.						
Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Variables e indicadores Variable independiente: Estrés.			
			Dimensiones	indicadores	Ítems	Escala de medición
¿Cuál es la relación entre el estrés y el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la UDH – 2019?	Determinar la relación entre el estrés y el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la UDH – 2019	Hi: El estrés se relaciona con el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la UDH – 2019. Ho: El estrés no se relaciona con el estado nutricional en los estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la UDH – 2019.	Estresores académicos	Estrés leve: 0 - 10 Estrés moderado: 11 – 20 Estrés severo: 21 – 30	1. La relación de competencia con los colegas de clase 2. El exceso de trabajos y tareas académicas 3. El temperamento y personalidad de los docentes 4. Los exámenes y	Ordinal

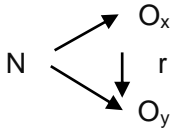
					<p>evaluaciones de las asignaturas</p> <p>5. Los problemas con los horarios de clases</p> <p>6. Los trabajos que dejan los docentes</p> <p>7. Las prácticas clínicas y comunitarias</p> <p>8. La participación en clase</p> <p>9. La falta de tiempo para realizar los trabajos académicos</p> <p>10. No comprender los temas realizados en clase</p>	
--	--	--	--	--	---	--

Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas				
¿Cuál es la relación entre el estrés en la dimensión estresores académicos y el estado nutricional en estudiantes de Enfermería?	Identificar la relación entre el estrés en la dimensión estresores académicos y el estado nutricional en estudiantes de Enfermería	<p>Hi₁: El estrés en la dimensión estresores académicos se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.</p> <p>Ho₁: El estrés en la dimensión estresores académicos no se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.</p>	Reacciones físicas	<p>Estrés leve: 0 – 6</p> <p>Estrés moderado: 7 – 12</p> <p>Estrés severo: 13 – 18</p>	<p>11. Alteraciones del sueño (desvelo, pesadillas, etc.)</p> <p>12. Fatiga frecuente y constante</p> <p>13. Migrañas, jaquecas, dolores de cabeza.</p> <p>14. Alteraciones digestivas, dolores abdominales</p> <p>15. Morderse las uñas, rascarse, frotar las manos, etc.</p> <p>16. Somnolencia o necesidad incrementada de dormir</p>	Ordinal
¿Cuál es la relación entre el estrés en la dimensión reacciones físicas y el estado nutricional en estudiantes de Enfermería?	Establecer la relación entre el estrés en la dimensión reacciones físicas y el estado nutricional en estudiantes de Enfermería	<p>Hi₂: El estrés en la dimensión reacciones físicas se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.</p> <p>Ho₂: El estrés en la dimensión reacciones físicas no se</p>	Reacciones psicológicas	<p>Estrés leve: 0 – 5</p> <p>Estrés moderado: 6 – 10</p> <p>Estrés</p>	<p>17. Intranquilidad, incapacidad para poder relajarse e inquietud</p> <p>18. Sentimientos de desgano, tristeza, decaimiento y depresión.</p> <p>19. Sentimiento de angustia,</p>	Ordinal

		relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.		severo: 11 – 15	ansiedad y desesperación. 20. Problemas para poder concentrarse 21. Sentimientos de irritabilidad e incremento de agresividad.	
¿Cuál es la relación entre el estrés en la dimensión reacciones psicológicas y el estado nutricional en estudiantes de Enfermería?	Analizar la relación que existe entre el estrés en la dimensión reacciones psicológicas y el estado nutricional en estudiantes de Enfermería	<p>Hi3: El estrés en la dimensión reacciones psicológicas se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.</p> <p>Ho3: El estrés en la dimensión reacciones psicológicas no se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.</p>	Reacciones conductuales	<p>Estrés leve: 0 – 4</p> <p>Estrés moderado: 5 – 8</p> <p>Estrés severo: 9 – 12</p>	<p>22. Predisposición a discutir, polemizar y tener conflictos con los demás.</p> <p>23. Aislamiento y retraimiento de las personas de su entorno</p> <p>24. Falta de ganas para para desarrollar las actividades académicas.</p> <p>25. Incremento o disminución del consumo de</p>	Ordinal

¿Cuál es la relación entre el estrés en la dimensión reacciones conductuales y el estado nutricional en estudiantes de Enfermería?	Evaluar la relación que se establece entre el estrés en la dimensión reacciones conductuales y el estado nutricional en estudiantes de Enfermería	<p>Hi₄: El estrés en la dimensión reacciones conductuales se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.</p> <p>Ho₄: El estrés en la dimensión reacciones conductuales no se relaciona con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería.</p>			alimentos.	
			Variable dependiente: Estado nutricional			
			Única	<p>Delgadez: Menor de 18.5</p> <p>Normal:</p>	1. Peso 2. Talla 3. IMC 4. Diagnóstico nutricional	Ordinal

				18.5 a 25.0 Sobrepeso: 25.0 a 30.0 Obesidad: Mayor de 30		
Tipo de estudio	Población y muestra	Técnicas e instrumentos	Aspectos éticos	Estadística descriptiva e inferencial		
Según intervención: Observacional	Población: 117 estudiantes de Enfermería del séptimo a noveno ciclo de estudios del semestre académico 2019 – 2 de la UDH. Muestra: 90 estudiantes del séptimo a noveno ciclo	Técnicas: Encuesta, Psicometría y observación Instrumentos: Cuestionario de características generales. Escala de estrés. Ficha de estado nutricional.	Se consideró la firma del consentimiento informado y se aplicó los criterios de rigurosidad científica para la investigación	Estadística descriptiva: Se realizó utilizando estadísticos descriptivos de frecuencias y porcentaje en la descripción de las variables.		
Según planificación: Prospectivo.				Estadística inferencial: Las hipótesis planteadas en el estudio fueron contrastadas con el Chi Cuadrado con un p valor < 0.05 como criterio para la toma de decisiones estadísticas..		
Según mediciones: Transversal						
Según número de variables: Analítico						

<p>Nivel del estudio</p> <p>Relacional</p>	de estudios del		en salud	
<p>Diseño del estudio</p> <p>Correlacional</p>  <p>Dónde:</p> <p>N: Estudiantes de Enfermería</p> <p>O_x: Estrés</p> <p>O_y: Estado nutricional</p> <p>r: Relación entre variables</p>	semestres académico 2019 – 2 de la UDH.			

Anexo N° 2
INSTRUMENTOS ANTES DE LA VALIDACIÓN

**CUESTIONARIO DE CARACTERÍSTICAS
GENERALES**

TITULO: “Estrés y su relación con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la UDH – 2019.”

INSTRUCCIONES. Estudiante de Enfermería: Este cuestionario busca conocer las características generales de los estudiantes de Enfermería, por ello, responde marcando con un aspa (x) en la alternativa de respuesta que estimes pertinente, gracias por tu gentil cooperación.

I. CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS:

1. ¿Qué edad tienes actualmente?

2. ¿A qué género perteneces?

- a) Masculino ()
- b) Femenino ()

3. ¿De qué zona procedes?

- a) Urbana ()
- b) Rural ()

II. CARÁCTERÍSTICAS SOCIALES

4. ¿Cuál es su estado civil?

- a) Soltero(a) ()
- b) Casado(a) ()
- c) Conviviente ()
- d) Separado(a) ()

5. ¿Tienes hijos?

- a) Si ()
- b) No ()

III.CARÁCTERÍSTICAS ACADÉMICAS

6. ¿Qué ciclo de estudios cursas actualmente?

- a) Séptimo ciclo ()
- b) Octavo ciclo ()
- c) Noveno ciclo ()

7. ¿Cómo percibes tu rendimiento académico?

- a) Bueno ()
- b) Regular ()
- c) Malo ()

ESCALA DE ESTRÉS ACADÉMICO

TÍTULO: “Estrés y su relación con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la UDH – 2019”.

INSTRUCCIONES. Estudiante de Enfermería: Esta escala se aplica con el propósito de recolectar información respecto al estrés en estudiantes de este programa de estudios, por ende, se te presentan un conjunto de enunciados que leerás con calma y dar respuesta marcando con un aspa en las casillas correspondientes, teniendo en cuenta esta valoración para marcar los casilleros:

N	Nunca
AV	A veces
CS	Casi Siempre
S	Siempre

N°	ITEMS	N	AV	CS	S
I.	ESTRESORES ACADÉMICOS. Con qué frecuencia estas situaciones te causan estrés:				
1	La competición con los colegas de clase				
2	La sobrecarga de trabajos y tareas académicas				
3	El temperamento de los docentes				
4	Los exámenes y evaluaciones de las asignaturas				
5	La participación en clase				
6	No comprender los temas que se desarrollan en clase				
II.	REACCIONES FÍSICAS. Con qué frecuencia presentaste estas situaciones cuando te				

	sentiste estresado o nervioso.			
7	Trastornos de sueño (pesadillas, insomnio etc.)			
8	Fatiga persistente			
9	Dolores de cabeza o migrañas			
10	Rascarse, frotarse, morder las uñas,, etc.			
11	Mayor necesidad de dormir o somnolencia			
III.	REACCIONES PSICOLÓGICAS Con qué frecuencia presentaste estas situaciones cuando te sentiste estresado o nervioso.			
12	Sentimientos de tristeza y depresión			
13	Problemas para concentrarte			
14	Cólera o aumento de irritabilidad			
IV.	REACCIONES CONDUCTUALES Con qué frecuencia presentaste estas situaciones cuando te sentiste estresado o nervioso.			
15	Predisposición a discutir o polemizar con los demás.			
16	Aislarse de otras personas.			
17	Incremento o disminución del consumo de alimentos.			

FICHA DE ESTADO NUTRICIONAL

TITULO: “Estrés y su relación con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la UDH – 2019”.

INSTRUCCIONES: Estudiante de Enfermería: Esta ficha busca recolectar datos sobre el estado nutricional de estudiantes de Enfermería de la UDH por lo cual se procederá a realizar la medición de su peso y talla con el propósito de realizar el diagnóstico nutricional pertinente. Agradezco de antemano su valiosa colaboración.

.

I. DATOS RELACIONADOS AL ESTADO NUTRICIONAL:

1. Peso: _____ kg.

2. Talla: _____ cm.

3. IMC: _____ Kg/m².

4. Diagnóstico Nutricional:

- | | |
|--------------|-----|
| a) Delgadez | () |
| b) Normal | () |
| c) Sobrepeso | () |
| d) Obesidad | () |

Anexo N° 3
INSTRUMENTOS DESPUÉS DE LA VALIDACIÓN
CUESTIONARIO DE CARACTERÍSTICAS
GENERALES

TÍTULO: “Estrés y su relación con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la UDH – 2019.”

INSTRUCCIONES. Estudiante de Enfermería: Este cuestionario se aplicando buscando conocer las características de los estudiantes de Enfermería, por ello, responde marcando un aspa (x) en la alternativa de respuesta que estimes adecuada, gracias por tu gentil cooperación.

I. CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS:

1. ¿Qué edad tienes?

2. ¿Con qué género te identificas?

- a) Masculino ()
- b) Femenino ()

3. ¿De qué zona procedes?

- a) Huánuco ()
- b) Amarilis ()
- c) Pillco Marca ()
- d) Otros lugares ()

II. CARÁCTERÍSTICAS SOCIALES

4. ¿Cuál es su estado civil?

- a) Soltero(a) ()
- b) Casado(a) ()
- c) Conviviente ()
- d) Separado(a) ()

5. ¿Qué actividades realizas actualmente?

- a) Solo estudia ()
- b) Estudia y trabaja ()

6. ¿Tienes hijos?

- a) Si ()
- b) No ()

III.CARÁCTERÍSTICAS ACADÉMICAS

7. ¿En qué ciclo de estudios te encuentras?

- a) Séptimo ciclo ()
- b) Octavo ciclo ()
- c) Noveno ciclo ()

8. ¿Qué condición de estudiante tienes?

- a) Estudiante regular ()
- b) Estudiante irregular ()

9. ¿Qué percepción tienes de tu rendimiento académico?

- a) Bueno ()
- b) Regular ()
- c) Malo ()

ESCALA DE ESTRÉS ACADÉMICO

TITULO: “Estrés y su relación con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la UDH – 2019”.

INSTRUCCIONES. Estudiante de Enfermería: Esta escala se aplica con el propósito de recolectar información respecto al estrés en estudiantes de este programa de estudios, por ende, se te presentan un conjunto de enunciados que deberás responder marcando con un aspa en las casillas correspondientes, según esta valoración:

N	Nunca
AV	A veces
CS	Casi Siempre
S	Siempre

N°	ITEMS	N	AV	CS	S
V.	ESTRESORES ACADÉMICOS. Con qué frecuencia estas situaciones te causan estrés:				
1	La relación de competencia con los colegas de clase				
2	El exceso de trabajos y tareas académicas				
3	El temperamento y personalidad de los docentes				
4	Los exámenes y evaluaciones de las asignaturas				
5	Los problemas con los horarios de clases				
6	Los trabajos que dejan los docentes				
7	Las prácticas clínicas y comunitarias				
8	La participación en clase				

9	La falta de tiempo para realizar los trabajos académicos				
10	No comprender los temas realizados en clase				
VI.	REACCIONES FÍSICAS. Con qué frecuencia presentaste estas situaciones cuando te sentiste estresado o nervioso.				
11	Alteraciones del sueño (desvelo, pesadillas, etc.)				
12	Fatiga frecuente y constante				
13	Migrañas, jaquecas, dolores de cabeza.				
14	Alteraciones digestivas, dolores abdominales				
15	Morderse las uñas, rascarse, frotar las manos, etc.				
16	Somnolencia o necesidad incrementada de dormir				
VII.	REACCIONES PSICOLÓGICAS Con qué frecuencia presentaste estas situaciones cuando te sentiste estresado o nervioso.				
17	Intranquilidad, incapacidad para poder relajarse e inquietud				
18	Sentimientos de desgano, tristeza, decaimiento y depresión.				
19	Sentimiento de angustia, ansiedad y desesperación.				
20	Problemas para poder concentrarse				
21	Sentimientos de irritabilidad e incremento de agresividad.				
VIII.	REACCIONES CONDUCTUALES Con qué frecuencia presentaste estas situaciones cuando te				

	sentiste estresado o nervioso.			
22	Predisposición a discutir, polemizar y tener conflictos con los demás.			
23	Aislamiento y retraimiento de las personas de su entorno			
24	Falta de ganas para para desarrollar las actividades académicas.			
25	Incremento o disminución del consumo de alimentos.			

FICHA DE ESTADO NUTRICIONAL

TITULO: “Estrés y su relación con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la UDH – 2019”.

INSTRUCCIONES: Estudiante de Enfermería: Esta ficha busca recolectar datos sobre tu estado nutricional; por lo cual se procederá a realizar la medición de su peso y talla con el propósito de realizar el diagnóstico nutricional respectivo.

.

I. DATOS RELACIONADOS AL ESTADO NUTRICIONAL:

1. **Peso:** _____ kg.

2. **Talla:** _____ cm.

3. **IMC:** _____ Kg/m².

4. **Diagnóstico Nutricional:**

- | | |
|--------------|-----|
| a) Delgadez | () |
| b) Normal | () |
| c) Sobrepeso | () |
| d) Obesidad | () |

Anexo N° 4
CONSENTIMIENTO INFORMADO

- **Título:**
“Estrés y su relación con el estado nutricional en estudiantes de Enfermería del séptimo al noveno ciclo de la UDH – 2019”
- **Responsable de la investigación.**
Montes Godoy, Gabriela Vicenta. Celular N° 931405855.
- **Introducción / Propósito**
Este estudio se realiza buscando establecer la asociación entre el estrés y el estado nutricional de los estudiantes del programa de estudios de Enfermería de la UDH.
- **Participación**
Participaran los alumnos del séptimo a noveno ciclo del programa de Enfermería de la UDH.
- **Procedimientos**
Se aplicará una escala de estrés y una ficha nutricional, en un tiempo promedio de 10 minutos.
- **Riesgos / incomodidades**
La participación en la recolección de datos se encuentra libre de riesgos, no se atentará contra tu integridad física o emocional.
- **Beneficios**
El principal beneficio que obtendrás de participa en esta investigación es identificar de qué manera influye el estrés en la condición nutricional de los alumnos del programa de estudios de Enfermería para formular las medidas de intervención pertinentes.
- **Alternativas**
La participación en el desarrollo de esta tesis de investigación es totalmente voluntaria
- **Compensación**
No tendrá ninguna compensación material o económica por formar parte de este trabajo investigación.
- **Confidencialidad de la información**

La información recolectada será archivada de manera confidencial en la tesiteca y repositorio institucional de la UDH; la información será manejada con absoluta confidencialidad y solo con fines investigativos.

- **Consultas.**

Comunicarse al Cel. 931405855.

- **Consentimiento / Participación voluntaria**

Acepto voluntariamente participar de este trabajo de investigación: He podido leer toda la información brindada en este documento, realizando las preguntas respectivas que han sido contestadas adecuadamente, comprendiendo que puede retirarme en cualquier momento del estudio.

- **Firma de aceptación del participante.**

Firma del estudiante
de Enfermería

Firma de la investigadora:

Anexo N° 5

CONSTANCIAS DE VALIDACIÓN



UDH
UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, JONATHAN BAZÁN NÚÑEZ

De profesión NUTRICIONISTA, actualmente ejerciendo el cargo de
COORD. ESANS MICRO RED DE SALUD UMARI

por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la Sr. **MONTES GODOY GABRIELA VICENTA**, con DNI: **76750170**, aspirante al título de Licenciada en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado **"ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SÉPTIMO AL NOVENO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO – 2019"**.

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1	
Nombres	<input checked="" type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2	
Nombres	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3	
Nombres	<input checked="" type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador:

BAZÁN NÚÑEZ, JONATHAN

DNI: 41426223

Especialidad del validador: Lic. NUTRICIONISTA

MINISTERIO DE SALUD
GOBIERNO REGIONAL HUÁNUCO
RED DE SALUD PROTECTORA
MICRO RED UMARI

Firma/sello

Lic. JUE JONATHAN BAZÁN NÚÑEZ
 COORD. ESANS MICRO RED DE SALUD UMARI



UDH
UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, EUGEN BERNABO CANTALICIO

De profesión ENFERMERO, actualmente ejerciendo el cargo de
DECENTE UNIVERSITARIO

por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la Sr. **MONTES GODOY GABRIELA VICENTA**, con DNI: **76750170**, aspirante al título de Licenciada en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado "**ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SÉPTIMO AL NOVENO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO – 2019**".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 Nombres	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2 Nombres	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3 Nombres	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Mg:

DNI: 40613242

Especialidad del validador: ESTADÍSTICA

Firma/sello

Mg. Eug. Bernabo Cantalicio
DECENTE UNIVERSITARIO
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



UDH
UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
http://www.udh.edu.pe

**UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN**



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Sisleina Hellen Pérez Beteta
De profesión Psicólogo, actualmente ejerciendo el cargo de
Psicólogo en el centro de Salud Tambillo - Umac

por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la Sr. **MONTES GODOY GABRIELA VICENTA**, con DNI: **76750170**, aspirante al título de Licenciada en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado **"ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SÉPTIMO AL NOVENO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO – 2019"**.

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1	
Nombres	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2	
Nombres	<input checked="" type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3	
Nombres	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador:

Pérez Beteta, Sisleina Hellen

DNI: 45842885

Especialidad del validador:.....

Firma/sello 31186



UDH
UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Carmen Lucio Calderón Juárez
De profesión Lic. en Enfermería, actualmente ejerciendo el cargo de
COORD. DE ESNi MICRORED HUMARI

por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la Sr. **MONTES GODOY GABRIELA VICENTA**, con DNI: **76750170**, aspirante al título de Licenciada en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado "ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SÉPTIMO AL NOVENO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO – 2019".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1	
Nombres	<input checked="" type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2	
Nombres	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3	
Nombres	<input checked="" type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador:
Calderón Juárez Carmen Lucio
DNI: 45601665
Especialidad del validador: Lic. en enfermería

Firma/sello

Carmen L. Calderón Juárez
LIC. ENFERMERÍA
CEP. 62794



UDH
UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
http://www.udh.edu.pe

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Bequer Cotrina Vargas
De profesión Enfermero, actualmente ejerciendo el cargo de
Lic Enfermería del C.S. Tambillo - Umac

por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la Sr. **MONTES GODOY GABRIELA VICENTA**, con DNI: **76750170**, aspirante al título de Licenciada en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado **"ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SÉPTIMO AL NOVENO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO – 2019"**.

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1	
Nombres	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2	
Nombres	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3	
Nombres	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador:

Bequer Cotrina Vargas

DNI:

Especialidad del validador:

Bequer Cotrina Vargas
LIC. EN ENFERMERÍA

Firma/sello



UDH
UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
http://www.udh.edu.pe

**UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN**



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, CLAUDIA ISABEL ESPINOZA CÁRDICH
De profesión MÉDICO CIRUJANO, actualmente ejerciendo el cargo de
MÉDICO CIRUJANO

por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la Sr. **MONTES GODOY GABRIELA VICENTA**, con DNI: **76750170**, aspirante al título de Licenciada en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado **"ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SÉPTIMO AL NOVENO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO – 2019"**.

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1	<input checked="" type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Nombres	
Instrumento 2	<input checked="" type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Nombres	
Instrumento 3	<input checked="" type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Nombres	

Apellidos y nombres del juez/experto validador: ESPINOZA CÁRDICH, CLAUDIA ISABEL
DNI: 73994002
Especialidad del validador: MÉDICO CIRUJANO



Def. G.
Firma/sello
CLAUDIA I. ESPINOZA CÁRDICH
MÉDICO CIRUJANO
C.M.R. 084877

Anexo N° 6

DOCUMENTO SOLICITANDO PERMISO PARA EJECUCIÓN DE ESTUDIO

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

"Año de la lucha contra la Corrupción e Impunidad"



Huánuco, 09 de octubre del 2019

OFICIO Mult. N°059-2019-D./EAP-ENF-UDH.

SEÑORA:

Mg. AMALIA VERONICA LEIVA YARO

DIRECTORA DEL PROGRAMA ACADEMICO DE ENFERMERIA

Presente:

De mi consideración:

Por el presente me dirijo a Usted para saludarle muy cordialmente y a la vez hacer de su conocimiento que la alumna, **Montes Godoy Gabriela Vicenta** de la E.A.P de Enfermería de la Universidad de Huánuco, se encuentra desarrollando el trabajo de investigación titulado **"ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SÉPTIMO AL NOVENO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO – 2019"**

Por lo que solicitó autorización al campo clínico para la recolección de datos del proyecto de investigación mencionado, ya que tendrá como muestra de estudio a los estudiantes del séptimo al noveno ciclo del programa académico de enfermería de la universidad de Huánuco.

En espera de su aprobación a lo solicitado, me suscribo de usted, no sin antes reiterarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,

MONTES GODOY GABRIELA VICENTA
ALUMNA DE P.A DE ENFERMERIA



Anexo N° 7
DOCUMENTO DE AUTORIZACIÓN



UDH
UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

"Año de la lucha contra la corrupción e impunidad"
UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Huánuco, 11 de octubre del 2019

De mi consideración:

Visto la solicitud presentada por la alumna **Montes Godoy Gabriela Vicenta**, para recolección de datos del proyecto investigación de tesis titulado: **"ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SÉPTIMO AL NOVENO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO - 2019"**, según se considera que es factible y procedente aceptar la autorización para realizar el trabajo de Investigación.

Se comunica a la interesada para su trámite correspondiente.

Atentamente,



AMELIA V. LEIVA YARO
DIRECT. E.A.P. ENFERMERÍA

C.c.: Archivo
AVLY/hrc.

Jr. Hermilio Valdizán N°871 – Jr. Progreso N° 650 – Teléfono La Esperanza: (062) 518452 – (062) 515151 Anexo 331
Telefax: 062 513154 – E-mail: ud.ocv@terra.com.pe

HUÁNUCO - PERÚ

Anexo N° 8
INFORME DE ORIGINALIDAD



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

INFORME DE ORIGINALIDAD
DOCUMENTO PARA TRAMITAR
SUSTENTACION

Yo, Gladys Liliana Rodríguez de Lombardi. Asesor (a) del PA y designado(a) mediante Resolución N°646-2018-D-FCS-UDH, documento de la estudiante: **Gabriela Vicenta MONTES GODOY**, de la Escuela Profesional de Enfermería, con la investigación titulada:

“ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SÉPTIMO AL NOVENO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO – 2019.”

Puedo constar que la misma tiene un índice de similitud del 14 % verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el Software Antiplagio Turnitin.

Por lo que concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con todas las normas de la Universidad de Huánuco.

Se expide la presente, a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

Huánuco, 25 de Noviembre del 2020



Rodríguez de Lombardi Gladys Liliana
DNI N° 22404125

Anexo N° 9
CARTA DE CONFORMIDAD DE ASESOR



UDH
UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
<http://www.udh.edu.pe>

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO



PROGRAMA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
FORMATO F4:

CARTA DE CONFORMIDAD DE ASESOR DE INFORME DE TESIS

N°. 011-2020

Informe. 011-2020

Huánuco, 25 de Noviembre del 2020

Señora:

Mg. AMALIA LEIVA YARO

DIRECTORA DE LA EAP DE ENFERMERÍA.

Presente.

Previo un atento saludo, por intermedio de la presente y en mi condición de Asesor doy mi **CONFORMIDAD de la culminación del Informe de Tesis** titulado: **“ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SÉPTIMO AL NOVENO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO – 2019.”**

Presentado por: **Gabriela Vicenta MONTES GODOY** de la Escuela Profesional de Enfermería. Por ello emito el dictamen de conformidad del Informe de TESIS de acuerdo al reglamento de investigación y a las directivas de la Unidad de Investigación de la EAP de Enfermería.

Agradeciendo la atención que brinde a la presente, y reiterándole mis cordiales saludos quedo de Ud.

GOBIERNO REGIONAL HUÁNUCO
Burgos de Rodríguez Valdivia
Hospital Regional "Hermilio Valdizola"

Dra. Nut. G. Liliana Rodríguez de Lombardi
ESP. NUT. CLÍNICA
CNP 0198 - 1996-973

Rodríguez de Lombardi Gladys Liliana

DNI: 22404125