

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



TESIS

**“Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la
Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco -
2025”**

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

AUTORA: Ureta Inocente, Mercedes Enma

ASESORA: Llanto Cercedo, Richard Pinett

HUÁNUCO – PERÚ

2025



U

TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

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

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN: Psicología Educativa
AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN (2020)

CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:

Área: Ciencias sociales

Sub área: Psicología

Disciplina: Psicología (incluye terapias de aprendizaje, habla, visual y otras discapacidades físicas mentales)

D

DATOS DEL PROGRAMA:

Nombre del Grado/Título a recibir: Título

Profesional de licenciada en psicología

Código del Programa: P05

Tipo de Financiamiento:

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

DATOS DEL AUTOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 04081646

DATOS DEL ASESOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 22514029

Grado/Título: Maestro en sistema de protección de los derechos del niño, niña y adolescente frente a la violencia

Código ORCID: 0000-0003-4978-1445

H

DATOS DE LOS JURADOS:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Celis Victorio, Maximiliana	Maestro en sistema de protección de los derechos del niño, niña y adolescente frente a la violencia	42176066	0009-0008-1495-109X
2	Diestro Caloretti, Karina Vanessa	Maestra en administración de la educación	25769441	0000-0002-0497-1889
3	Chiclote Robles, Leydy Jackeline	Maestro en Educación, Mención: Investigación Y Docencia Superior	47165840	0000-0001-5689-7118



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
"PSICOLOGÍA, LA FUERZA QUE MUEVE AL MUNDO Y LO CAMBIA"
"AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA PERUANA"

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Huánuco, siendo las **15:30 P.M** horas del día 30 de setiembre del año dos mil veinticinco, en el auditorio de la Facultad de Ciencias de la Salud de la ciudad universitaria La Esperanza en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió el **Jurado Calificador** integrado por los docentes:

- MG. MAXIMILIANA CELIS VICTORIO (**PRESIDENTE**)
- MG. JHANNY CHUFANDAMA GONZALES (**SECRETARIA**)
- MG. LEYDI JACKELINE CHICLOTE ROBLES (**VOCAL**)
- MG. KARINA VANESSA DIESTRO CALORETTI (**ACCESITARIO**)
- MG. RICHARD PINETT LLANTO CERCEDO (**ASESOR**)

Nombrados mediante Resolución N° 2158-2025-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis titulada. "**ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA DANIEL ALCIDES CARRIÓN PASCO - 2025**"; Presentado por la Bachiller en Psicología, **SRA. URETA INOCENTE, MERCEDES ENMA**, para optar el Título Profesional de **LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**.

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) Satisfactorio por Unanimidad con el calificativo cuantitativo de 15 y cualitativo de Buena.

Siendo las 4:41 Horas del día 30 del mes de Setiembre del año 2025, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.



MG. MAXIMILIANA CELIS VICTORIO

orcid.org/0009-0008-1495-109X - DNI: 42176066

PRESIDENTA



MG. KARINA VANESSA DIESTRO CALORETTI

Orcid.org/0000-0003-3880-5624 - DNI: 25769441

SECRETARIA



MG. LEYDI JACKELINE CHICLOTE ROBLES

orcid.org/0000-0001-5689-7118 - DNI: 42165840

VOCAL

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



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO



CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El comité de integridad científica, realizó la revisión del trabajo de investigación del estudiante: MERCEDES ENMA URETA INOCENTE, de la investigación titulada "Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025", con asesor(a) RICHARD PINETT LLANTO CERCEDO, designado(a) mediante documento: RESOLUCIÓN N° 2928-2023-D-FCS-UDH del P. A. de PSICOLOGÍA.

Puede constar que la misma tiene un índice de similitud del 23 % verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el Software 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, 18 de agosto de 2025



RICHARD J. SOLIS TOLEDO
D.N.I.: 47074047
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA
D.N.I.: 71345687
cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

102. Ureta Inocente, Mercedes Enma.docx

INFORME DE ORIGINALIDAD

23%

INDICE DE SIMILITUD

23%

FUENTES DE INTERNET

16%

PUBLICACIONES

13%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	4%
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	4%
3	Submitted to Facultad De Teología Pontificia Y Civil De Lima Trabajo del estudiante	2%
4	repositorio.uncp.edu.pe Fuente de Internet	2%
5	repositorio.udh.edu.pe Fuente de Internet	1%



RICHARD J. SOLIS TOLEDO
D.N.I.: 47074047
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA
D.N.I.: 71345687
cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

DEDICATORIA

A mis padres. Nicolas y Enma

Por ser mi pilar y ejemplo de esfuerzo incondicional. Gracias por su amor, por su apoyo, por sus enseñanzas y por creer en mi

A mis hermanos. Nilton Elva

Por estar presentes en cada paso, por su cariño, apoyo sincero y por ser parte de este mi logro

A mi Daniel, mi mayor motivación y el motor de mis sueños. Que el ejemplo de perseverancia que hoy te dejo, te sirva para construir tu propio camino con valor

AGRADECIMIENTOS

A las autoridades de la Universidad de Huánuco. Agradezco profundamente, por brindarme la oportunidad de formarme académicamente en un entorno que promueve la investigación, la ética y el compromiso profesional.

A los docentes de la facultad de psicología, quienes con su vocación, conocimientos y experiencia me guiaron, dejando huellas imborrables en mi formación.

Mi especial gratitud a mi asesor al magister de tesis, Richard Pinett Llanto Cercedo por su orientación, paciencia y valiosas sugerencias en esta investigación. Su acompañamiento fue fundamental para culminar este trabajo con responsabilidad.

A las autoridades de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión de Pasco. donde desarrollé la investigación, por abrirme sus puertas con disposición, facilitando el acceso para mi investigación.

A los alumnos participantes de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión de Pasco, quienes, con generosidad y compromiso, hicieron posible la recolección de información. Su participación fue esencial para alcanzar mi objetivo.

Y a todas las personas que, aportaron en este camino, muchas gracias por su apoyo, su confianza y sus palabras de aliento en cada etapa de esta meta cumplida.

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	II
AGRADECIMIENTOS.....	III
ÍNDICE.....	IV
ÍNDICE DE TABLAS	VII
ÍNDICE DE FIGURAS.....	IX
RESUMEN.....	XI
ABSTRACT.....	XII
INTRODUCCIÓN.....	XIII
CAPÍTULO I.....	15
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	15
1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....	15
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	16
1.2.1. PROBLEMA GENERAL.....	16
1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS.....	17
1.3. OBJETIVOS.....	17
1.3.1. OBJETIVO GENERAL.....	17
1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	17
1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	18
1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA.....	18
1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA.....	18
1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA.....	18
1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN.....	19
1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN.....	19
CAPÍTULO II.....	20
MARCO TEORICO.....	20
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	20
2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES.....	20
2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES.....	21
2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES.....	23
2.2. BASES TEÓRICAS.....	25
2.2.1. ESTRÉS.....	25
2.3. TEORÍAS DEL ESTRÉS.....	27

2.3.1. TEORÍA FISIOLÓGICA DEL ESTRÉS.....	27
2.3.2. RENDIMIENTO ACADÉMICO.....	38
2.4. DEFINICIONES CONCEPTUALES.....	46
2.5. HIPÓTESIS.....	47
2.5.1. HIPÓTESIS GENERAL.....	47
2.5.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS.....	48
2.6. VARIABLES.....	48
2.6.1. VARIABLE 1. ESTRÉS.....	48
2.6.2. VARIABLE 2. RENDIMIENTO ACADÉMICO.....	49
2.7. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES (DIMENSIONES E INDICADORES).....	50
CAPITULO III.....	52
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	52
3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	52
3.1.1. ENFOQUE.....	52
3.1.2. ALCANCE O NIVEL.....	53
3.1.3. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	53
3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA.....	54
3.2.1. POBLACIÓN.....	54
3.2.2. MUESTRA.....	54
3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	56
3.3.1. TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DA DATOS.....	56
3.3.2. INSTRUMENTO.....	57
3.4. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS.....	60
3.4.1. PUEBAS ESTADÍSTICAS (ESTADÍGRAFOS).....	61
CAPÍTULO IV.....	62
RESULTADOS.....	62
4.1. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	62
4.2. ANÁLISIS INFERENCIAL.....	72
4.3. HIPÓTESIS GENERAL.....	72
4.3.1. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS 1.....	74
4.3.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS 2.....	75
4.3.3. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS 3.....	77
CAPÍTULO V.....	79

DISCUSIÓN DE RESULTADOS	79
CONCLUSIONES	82
SUGERENCIAS Y RECOMENDACIONES.....	83
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	84
ANEXOS.....	93

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Población de alumnos de educación secundaria	54
Tabla 2 Muestra de alumnos de educación secundaria	55
Tabla 3 Resumen de procesamiento de casos	58
Tabla 4 Estadísticas de fiabilidad	58
Tabla 5 Anova	59
Tabla 6 Validación de datos del instrumento	59
Tabla 7 Nivel de estrés académico de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco	62
Tabla 8 Nivel de estímulos estresores de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco	63
Tabla 9 Nivel de síntomas de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco	64
Tabla 10 Nivel de estrategias de afrontamiento de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco	65
Tabla 11 Nivel de rendimiento académico de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco	66
Tabla 12 Nivel de rendimiento académico de matemática de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco.....	67
Tabla 13 Nivel de rendimiento académico de comunicación de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco.....	68
Tabla 14 Nivel de rendimiento académico de ciencias sociales de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco.....	69
Tabla 15 Nivel de rendimiento académico de educación religiosa de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco.....	70
Tabla 16 Nivel de rendimiento académico de ciencia y tecnología de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco.....	71
Tabla 17 Prueba de normalidad	72

Tabla 18 Nivel de relación del estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025.....	73
Tabla 19 Nivel de relación de los estímulos estresores y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025.....	74
Tabla 20 Nivel de relación de los síntomas y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025.....	75
Tabla 21 Nivel de relación de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco- 2025.....	77

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Nivel de estrés académico de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco	62
Figura 2 Nivel de estímulos estresores de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco	63
Figura 3 Nivel de síntomas de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco	64
Figura 4 Estrategias de Afrontamiento.....	65
Figura 5 Nivel de rendimiento académico de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco	66
Figura 6 Nivel de rendimiento académico de matemática de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco.....	67
Figura 7 Nivel de rendimiento académico de comunicación de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco.....	68
Figura 8 Nivel de rendimiento académico de ciencias sociales de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco.....	69
Figura 9 Nivel de rendimiento académico de educación religiosa de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco.....	70
Figura 10 Nivel de rendimiento académico de ciencia y tecnología de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco.....	71
Figura 11 Nivel de relación del estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025.....	73
Figura 12 Nivel de relación de los estímulos estresores y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025.....	74

Figura 13 Nivel de relación de los síntomas y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025.....	76
Figura 14 Nivel de relación de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco- 2025	78

RESUMEN

El estudio realizado tuvo como finalidad determinar la relación que existe entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025.

Investigación de tipo básica, enfoque cuantitativo, nivel y diseño correlacional, la población estuvo conformada por 789 estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco y una muestra de 190 estudiantes del segundo, tercero y cuarto año., siendo la técnica de recolección de datos la psicometría del inventario SISCO de Estrés Académico con una confiabilidad de la prueba del alfa de Cronbach de 0,852.

Concluyendo que no existe relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco- 2025. Con valor de Significancia (bilateral) de 0,557 que es mayor que el valor de alfa ($\alpha = 0,05$).

Palabra claves: Estrés, rendimiento, estudiantes, institución, pasco.

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the relationship between stress levels and academic performance among students at the Daniel Alcides Carrión Pasco Emblematic Educational Institution (Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025).

This research was of a basic nature, with a quantitative approach, correlational level and design. The population consisted of 789 secondary school students from the Daniel Alcides Carrión Pasco Emblematic Educational Institution and a sample of 190 students from their second, third, and fourth years. The technique used was the psychometrics of the SISCO Academic Stress Inventory, with a Cronbach's alpha test reliability of 0.852. It was concluded that there is no relationship between stress levels and academic performance among students at the Daniel Alcides Carrión Pasco Emblematic Educational Institution (Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025). The Sigma (bilateral) value of 0.557 is greater than the alpha value ($\alpha = 0.05$).

Keywords: Stress, performance, students, institution, Pasco.

INTRODUCCIÓN

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF – 2023) refiere que en nuestro día a día enfrentamos situaciones o estamos expuestos a estímulos que pueden producirnos estrés. Al igual que las personas adultas, muchas niñas, niños y adolescentes tienen dificultades para enfrentar sus realidades en el hogar, la comunidad o la escuela.

Estamos viviendo muchos cambios drásticos en el mundo, además hay muchas otras cosas que también pueden provocar estrés en las niñas, niños, adolescentes; así como, situaciones negativas en casa, en la escuela el bullying, presión por los exámenes, incluso se pueden dar cambios positivos como mudarse a un nuevo lugar o hacer nuevas amistades.

Unicef Perú (2024) dio a conocer que más del 50% de los adolescentes procrastinan tareas más de 72 horas por semana, lo que genera estrés, ansiedad y afecta su autoestima. Según el reportaje realizado por corresponsales escolares del colegio San Martín de Porres, esta tendencia tiene consecuencias preocupantes tanto en el desempeño académico como en el bienestar emocional de los adolescentes.

Según reportaje del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) el 2024, concluye que el panorama se torna aún más alarmante en educación secundaria; a nivel nacional, solo el 11.3% de los estudiantes de segundo grado logra un nivel satisfactorio en el área de matemáticas y apenas el 18.4%, en lectura.

En ninguna región los estudiantes de educación secundaria alcanzan un 50% de rendimiento escolar satisfactorio en las áreas de Ciencias sociales, Comunicación, Matemática, Ciencia y tecnología y Educación Religiosa, lo que evidencia una crisis en la calidad educativa que afecta a todo el país.

El estudio estuvo distribuido por capítulos: Capítulo I: Problema de Investigación conformado por la descripción de la problemática, la formulación del problema, los fines generales y específicos, las limitaciones, justificación y viabilidad de la investigación. Capítulo II: Marco Teórico, con los antecedentes

de la investigación, las bases teóricas, definiciones conceptuales, hipótesis, variables y su operacionalización. Capítulo III: Metodología de la investigación, estuvo conformado por el tipo, enfoque, alcance o nivel, el diseño, la población y muestra el tipo de muestreo del estudio, las técnicas e instrumentos de recolección de datos y las técnicas para el tratamiento y análisis de datos (estadígrafos). Capítulo IV: Resultados, se analizan mediante el análisis inferencial. Capítulo V: Tenemos la discusión de resultados, las conclusiones, sugerencias, recomendaciones y referencias.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

La Organización Mundial de la salud (OMS, 2018) destaca que el estrés crónico durante la adolescencia tiene repercusiones a largo plazo en la salud psíquica y corporal, incluyendo problemas de ansiedad, depresión y trastornos del sueño, las cuales a su vez afectan al desempeño educativo.

El estrés es una respuesta psicológica y corporal que se produce cuando los alumnos perciben que las demandas académicas exceden su capacidad para afrontarlas. Este estrés puede manifestarse a través de síntomas fisiológicos (como fatiga, insomnio, migrañas) y emocionales (ansiedad, depresión, mal humor), causando un impacto en el bienestar general y en el nivel educativo (González & Pérez, 2020).

El rendimiento académico, por otro lado, se refiere al desempeño de los estudiantes en sus actividades educativas, medido habitualmente a través de calificaciones, la calidad del aprendizaje y la capacidad para aplicar los conocimientos adquiridos (Martínez, 2018).

A nivel internacional, diversos estudios han identificado al estrés académico como una preocupación creciente. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS 2019), el 35% del alumnado universitario en todo el mundo aprecian altos grados de estrés relacionado con el ámbito académico. Además, un informe del Instituto de Salud Mental de los Estados Unidos (NIMH, 2020) indicó que el estrés y la ansiedad son factores que influye la capacidad de aprendizaje en aproximadamente el 40% del alumnado de educación superior.

A nivel nacional, una investigación realizada por el Ministerio de Educación (MINEDU, 2022) reveló que el 50% de los estudiantes de nivel secundario y universitario reportaron niveles elevados de estrés debido a la carga académica y las presiones externas. Este problema se ha agudizado

por la transición a métodos educativos virtuales, que han incrementado el aislamiento y las dificultades de los estudiantes para gestionar su tiempo de manera efectiva.

En cuanto al rendimiento académico, un informe de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE, 2019) señala que el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria es un predictor importante de sus perspectivas de vida futuras.

En el ámbito regional, Ramírez (2021) en un estudio realizado por la Universidad de Huánuco (UDH) encontró que 46.67% de estudiantes del 5to de secundaria de la Gran Unidad Escolar Leoncio Prado de Huánuco, manifiestan un alto grado de estrés escolar. El estrés académico se ha convertido en un desafío creciente para los estudiantes de secundaria, afectando su bienestar y rendimiento académico.

Así, mismo a nivel local, Flores y Vargas (2023) en Pasco realizó su estudio sobre estrés escolar y logros académicos en el centro educativo N° 34129 Chacayan provincia Daniel Alcides Carrión donde, encontró que el 41% presenta estrés escolar moderado y el 59% leve; de estos el 73% se encuentran en proceso evidenciando una relación alta en ambas variables.

En el contexto de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión en Pasco, se sospecha que el estrés académico podría estar relacionado con un menor rendimiento académico. Comprender esta relación es crucial para desarrollar estrategias de actuación que mitiguen el impacto del estrés y mejoren el rendimiento académico del alumnado, por lo cual se formula el siguiente problema de investigación

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. PROBLEMA GENERAL

¿Cuál es la relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025?

1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS

- ¿Qué relación existe entre el nivel de los estresores académicos y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025?
- ¿Cómo es la relación entre el nivel de los síntomas del estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025?
- ¿De qué manera es la relación entre el nivel de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025?

1.3. OBJETIVOS

1.3.1. OBJETIVO GENERAL

Determinar la relación que existe entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025.

1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar la relación entre el nivel de los estresores académicos y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025
- Analizar la relación entre el nivel de los síntomas del estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión de Pasco- 2025
- Establecer la relación entre el nivel de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco- 2025

1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA

Desde un punto de vista teórico, está justificado debido a la importancia del estrés y el rendimiento académico por la creciente preocupación de la salud mental y el bienestar de los estudiantes. La teoría del estrés académico sugiere que los alumnos que experimentan grados elevados de estrés pueden poseer un desempeño académico más bajo y una mayor probabilidad de abandonar sus estudios. Además, la teoría de la motivación y la teoría del aprendizaje social también se relacionan con el tema, ya que el estrés repercute en la motivación y la capacidad de los estudiantes para aprender.

1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA

Concerniente a la justificación práctica este estudio nos aporta a través de la recopilación de información proporciona resultados e información valiosa para desarrollar estrategias efectivas para reducir el estrés y mejorar el rendimiento académico de los alumnos de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco 2025. Además, la investigación puede ayudar a identificar las causas del estrés y a desarrollar programas de apoyo para los estudiantes que lo necesiten.

1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA

La investigación utiliza un diseño de estudio correlacional para examinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico. Se recopilarán datos a través la aplicación de instrumentos Inventario SISCO de Estrés y Rendimiento Académico realizado por Barraza en el 2008, para dicha investigación se utiliza la aplicación de métodos científicos, situaciones que pueden ser investigadas por la psicología, cumpliendo el proceso de validez y confiabilidad correspondiente previo a su implementación, con el fin de lograr resultados factibles que

verifiquen las hipótesis, proporcionando eficacia en la totalidad de la presente investigación.

1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Las limitaciones presentes en este estudio fueron las siguientes:

- Existe escasa información y limitaciones teóricas sobre estudios realizados sobre el estrés académico en alumnos del centro educativo, pero siendo reemplazado con datos obtenidos en las revistas científicas con poblaciones similares al estudio.
- La negativa de algunos padres de familia y estudiantes para la aceptación o firma del consentimiento informado, procediendo a explicarles la finalidad del estudio de manera personalizada que al final aceptaron su aplicación y firma del consentimiento.

1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

La presente investigación será viable debido:

- Se realizaron las coordinaciones mediante una solicitud hacia la directora y la aceptación para el desarrollo del trabajo de investigación en la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco.
- Se cuenta con los recursos humanos y materiales necesarios para el desarrollo de la investigación.
- Se cuenta con el test de estrés académico para adolescentes y niños – SISCO (2008), instrumento que permitirá la recolección de datos.
- El financiamiento o gastos a realizar durante el proceso del estudio, estará a cargo de la investigadora.

CAPÍTULO II

MARCO TEORICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES

Huerta et al. (2023) en México, en su tesis titulada: Estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios de la carrera de Médico Cirujano. Planteó el propósito de vincular el estrés y el rendimiento escolar en alumnos de la región sureste. Presentando un método de tipo aplicada, alcance relacional, enfoque cuantitativo y de diseño no experimental. La muestra fue intencional y no probabilística, y se conformó por 118 estudiantes mexicanos de ambos sexos, valorados bajo los instrumentos el Test del Estrés Académico SISCO, y el desempeño académico fue medido con calificaciones. Concluyendo así que, se identificó una asociación positivamente muy baja entre el estrés y el rendimiento académico en la muestra seleccionada.

Colunga et al. (2021) en México con el estudio denominado: Relación entre ansiedad y rendimiento académico en alumnado de secundaria. Con miras a estudiar la asociación entre la ansiedad y el rendimiento escolar en jóvenes de secundaria. Bajo un método de enfoque cuantitativo, diseño relacional y transversal, y de alcance relacional, la muestra estuvo integrada por 156 alumnos de la Zona metropolitana de Guadalajara. Se recopilaron datos utilizando la Escala de Ansiedad Manifiesta Infantil (CMAS-R), una encuesta de datos sociodemográficos, y se evaluó el rendimiento educativo en función del promedio académico. Se pudo concluir que, se visualizó un vínculo negativamente estadístico entre la ansiedad y el desempeño escolar en los alumnos

Rueda et al. (2021), en Ecuador en el artículo científico: Relación entre estrés y rendimiento académico de estudiantes de enfermería de una universidad ecuatoriana. Con la intención en identificar el vínculo

entre el estrés escolar y el desempeño educativo de la carrera de enfermería de la Universidad Pública. Empleando una metodología descriptiva analítica, alcance relaciona, enfoque cuantitativo y de diseño transversal – no experimental, involucrando a la muestra 735 estudiantes; valorados bajo los instrumentos, el test SISCO para valorar el estrés y se tuvieron los promedios escolares como datos secundarios. Llegando a la conclusión que, existió un vínculo directo entre el estrés y el desempeño académico en la muestra ecuatoriana seleccionada.

2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES

Flores (2024), en la provincia de Cañete en el estudio titulado: Estrés y rendimiento académico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, del 2023. Con el fin de establecer la asociación entre el estrés y el rendimiento escolar en alumnos de secundaria de un Centro Educativo Público. Se empleó una metodología de tipo básica, enfoque cuantitativo, y de diseño correlacional - descriptivo. La población se conformó por 110 alumnos, medidos por medio del instrumento, Test SISCO de estrés escolar, manifestando un validez y fiabilidad por el alfa de Cronbach, y para valorar el desempeño escolar se hizo por medio del registro de notas. Se pudo concluir que, se observó una asociación estadística entre las variables que se estudiaron en el alumnado de secundaria.

Infantas y Heredia (2023), en Tacna en el artículo científico denominado: Estrés académico y el rendimiento académico de los estudiantes de un Instituto de Educación. Con el propósito identificar el estrés escolar y el desempeño educativo del alumnado en el 2021. El método usado fue de tipo pura, alcance relacional, enfoque cuantitativo y de diseño transversal y no experimental; 133 alumnos del Instituto Superior Pedagógico Privado Edutek constituyeron la muestra, y valorados por medio del instrumento Escala SISCO SV adecuado al covid-19 y para medir el desempeño académico se hizo por medio de su tabla de notas. Concluyendo así que, se pudo identificar un vínculo

inversamente estadístico entre el estrés escolar y el rendimiento académico del alumnado.

Raymundo y López (2023), en Huánuco en investigación denominada: Las Habilidades Sociales y el Estrés Académico de los Adolescentes del Centro Pre Universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán-2022. Buscando establecer el vínculo existente entre las destrezas sociales y el estrés escolar del alumno del centro de educación pre universitario de la UNHEVAL. Bajo un método de tipo pura, nivel correlacional, diseño no experimental y de enfoque cuantitativo; la muestra se estableció por 79 estudiantes de dicho centro educativo pre universitario, medidos por medio de los instrumentos los cuales fueron dos cuestionarios que valoraban cada una de las variables, siendo ambos válidos a juicio de expertos y fiables por el alfa de Cronbach. Concluyendo así que, se estableció un vínculo positivamente muy fuerte entre las destrezas sociales y el estrés académico en el alumnado.

Noya (2023), en Huancayo en el estudio nombrado: Estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundaria de instituciones privadas. Con el propósito de estudiar la asociación entre el estrés y el desempeño escolar en el alumnado de secundaria de los centros educativos privados de El Tambo. Mediante un enfoque cuantitativo, tipo básica, alcance relacional y de diseño transversal y no experimental; la muestra se compuso por 363 estudiantes de secundaria de instituciones particulares, y los instrumentos que se utilizaron fueron el Test SISCO del estrés, siendo confiable por el alfa de Cronbach, y para valorar el rendimiento académico se hizo a través de las notas. Se concluye que, no hay existencia de un vínculo significativo entre las variables que se estudiaron en la muestra seleccionada.

Torres & Vásquez (2023), en Nuevo Chimbote con la investigación: Niveles de estrés por aislamiento relacionados con rendimiento académico, en estudiantes de secundaria 3° C IE Fe y Alegría N° 14 – 2022. Tuvo como fin caracterizar la asociación entre los grados de estrés

por pandemia con el rendimiento escolar en el alumnado del tercero C de secundaria de la I.E. Fe y Alegría. Usando un diseño descriptivo – relacional, de tipo básica y de enfoque cuantitativo, la muestra se constituyó por 33 alumnos del tercero de secundaria C de la I.E. Fe y Alegría, y los instrumentos empleados fueron un cuestionario que medía el grado de estrés y la encuesta para medir el desempeño escolar del Minedu, siendo ambos fiables por medio del alfa de Cronbach. Llegando a la conclusión que, se identificó una asociación significativa entre el estrés y el desempeño educativo en los alumnos de tercero de secundaria.

Segura (2023), en Cajamarca en la tesis nombrada: Estrés académico y rendimiento escolar en los estudiantes de la Institución Educativa Privada George Boole ,2022. Con la finalidad de identificar la asociación entre el estrés escolar y el desempeño escolar en los alumnos de la I.E.P. George Boole. Se empleó una metodología de diseño transversal – no experimental, enfoque cuantitativo, nivel relacional y de tipo básica, la muestra fue representada por 49 alumnos del quinto de primaria del centro educativo George Boole, medidos bajo el instrumento Inventario SISCO – II, poseyendo confiabilidad por el alfa de Cronbach, y para medir el desempeño académico se hizo por medio del boletín de notas. Finalizando con que, se estableció una asociación directamente moderada entre el estrés académico y el desempeño académico en los alumnos.

2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES

Arroyo y Sáenz (2024), en Pasco en la investigación: El estrés producido por la pandemia COVID – 19 y el desempeño académico en el área de DPCYC de los estudiantes de la I. E. Mikael Lundberg del C. P Paugmaray - 2023. Con miras a identificar la asociación que existe entre el estrés por el Covid-19 y el desempeño educativo escolar en el alumnado de la I.E. Mikael Lindbergh. Por medio de una metodología de tipo básica, alcance relacional, diseño relacional – no experimental y de enfoque cuantitativo. La muestra estuvo integrada por 20 alumnos del

centro educativo ya mencionado, y los instrumentos empleados fueron 2 cuestionarios elaborados por los autores, que manifestaban validez y confiabilidad por el alfa de Cronbach. Se pudo concluir que, se halló una asociación positivamente escasa entre el estrés generado por el covid-19 y el desempeño escolar del alumnado del centro educativo.

Cardenas (2023), en Pasco el estudio denominado: Procrastinación y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, 2023. Buscando señalar la asociación existente entre la procrastinación y el estrés escolar en alumnos de secundaria de la I.E. de Pasco. Se usó un método de tipo básica, diseño correlacional – no experimental, enfoque cuantitativo y de alcance relacional; integrando a la muestra 101 alumnos de cuarto y quinto del nivel secundario, y los instrumentos empleados fueron la Escala de Procrastinación – EPA y el Inventario SISCO para valorar el estrés escolar, poseyendo ambos confiabilidad por el alfa de Cronbach y validez a juicio de expertos. Llegando a la conclusión que, se observó la existencia de una asociación significativamente estadística entre la procrastinación y el estrés escolar en la muestra seleccionada.

Larico & Rivera (2023), en Oxapampa-Pasco en la tesis titulada: Estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución pública- 2022. Teniendo como intención establecer la asociación existente entre las estrategias de afrontamiento y el estrés escolar en alumnos de secundaria de una I.P. Empleando un método de tipo pura, enfoque cuantitativo, alcance relacional y de diseño transversal – no experimental; 221 alumnos de primero al quinto de secundaria conformaron la muestra, medidos a través de los instrumentos Escala de afrontamiento para adolescentes – ACS y el Test SISCO para medir el estrés escolar, siendo válidos a juicio de expertos y fiables por el alfa de Cronbach. Se concluye que, se estableció una asociación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico en los alumnos.

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. ESTRÉS

Para Muñoz (2005), el estrés es entendido como la tensión emocional y física producida como una reacción tras ser sometido a presiones internas o externas. Indica que, a lo largo de la vida, siempre habrá la posibilidad de presenciar algún tipo de estrés. La consecuencia negativa aparece cuando el estrés es constante y no hay estrategias para afrontarlo, ocasionando así problemas físicos y psíquicos en el organismo.

Barraza (2006) lo define como el desarrollo minucioso, de índole mental y condición adaptable, este se puede manifestar, si el estudiante se doblega, en el ámbito estudiantil, por diversas circunstancias, las cuales el estudiante las percibe como angustiantes; si estas tensiones desencadenan inestabilidad manifestadas de diferente manera; así también si esta inestabilidad impulsa a los alumnos a efectuar actos que requieren confrontamiento para restablecer la estabilidad.

El estrés es concebido como una reacción emocional cuya intensidad se asocia a diferentes factores psicosociales ante los cuales la persona es vulnerable, así mismo, el estrés está presente en todas las facetas de la vida de un sujeto, su prevalencia se encuentra en el ámbito laboral, sin embargo, en estudios se ha observado un aumento en el ámbito escolar (del Toro et al., 2011).

Alfonso et al. (2015) explican el estrés académico, como la tensión que experimenta una persona que se encuentra en aprendizaje; se puede presentar tanto en el estudio particular, como en el aula y se manifiesta desde el preescolar hasta el postgrado. Igualmente mencionan que este estrés está dado por factores tanto físicos como emocionales que pueden estar mediados por el ambiente, por condiciones internas o externas y que ejercen una presión significativa en el estudiante frente a sus habilidades para resolver problemas, la

relación con compañeros, maestros o enfrentarse a los exámenes y, además, es una de las causas del bajo rendimiento académico.

En lo que refiere al APA (2010) menciona que el estrés es la reacción fisiológica o psíquica a sucesos internos o externos que conlleva ciertas alteraciones que repercuten en casi la totalidad del organismo y que puede traducirse en palpitaciones, transpiración, boca seca, dificultad para respirar, agitación, rapidez en el habla, incremento de las emociones desagradable y permanencia extensa del cansancio.

Según Obregón (2022), el estrés académico son sensaciones a partir de estímulos que son percibidos en el entorno educativo, estos alteran la estabilidad del estudiante y resulta perjudicial cuando se acompañan de enfermedades causadas por dichos estímulos.

Según Paitán y Monge (2020), el estrés académico afecta al estudiante de manera integral, no solo a nivel conductual o emocional o cognitivo, debido que se hace referencias a ciertas situaciones en que se exceden las tareas en el entorno universitario, o en situaciones sociales o en encuentros con miembros de la familia; y estas perturbaciones se alivian tras aplicar estrategias que puedan restablecer la tranquilidad psicológica.

Asimismo, Barraza (2018) menciona que el estrés escolar es aquel que experimentan aquellos alumnos cuando los docentes, particularmente, o el establecimiento, en general, le imponen determinadas demandas vinculadas a su aprendizaje, como, por ejemplo: realizar una presentación, rendir una prueba, redactar un ensayo, entre otras, y dichas exigencias son percibidas por los mismos educandos como superiores a su propia competencia para llevarlas a cabo con buen resultado.

Otros expertos ven el estrés académico como algo que tiene como origen las exigencias que impone el entorno escolar, que no solo alcanza a los alumnos, sino también al profesorado, que se enfrenta a las exigencias del sistema educativo (Águila et al., 2015).

2.3. TEORÍAS DEL ESTRÉS

2.3.1. TEORÍA FISIOLÓGICA DEL ESTRÉS

Numerosas personas han tratado de delimitar lo que hoy conocemos como estrés. El estrés se ha entendido como una respuesta a las amenazas desde la década pasada. Dicha explicación comenzó en la década de los sesenta, cuando el empeño por reaccionar ante un estímulo displacentero se consideró un proceso denominado Síndrome de Adaptación General (SAG). Kloster y Perrotta (2019) exponen dicha teoría del siguiente modo:

1. Alarma: una sacudida repentina e imprevista en función del peligro, diseñada para alertarnos y que reaccionemos.
2. Resistencia: después de haber reaccionado a la amenaza, los primeros síntomas desaparecen gradualmente y el cuerpo vuelve a un estado de calma.
3. Agotamiento: se produce cuando el factor estresante persiste y los síntomas reaparecen (en algunos casos graves, es posible que la persona fallezca).

En otras palabras, el estrés provoca una modificación en nuestra salud y bienestar. Por lo tanto, si se expone a una situación estresante durante un tiempo excesivo, las alteraciones en su organismo van a ser más intensos y prolongadas.

Teoría psíquica del estrés

Es evidente que el estrés genera en el cuerpo una serie de reacciones de carácter fisiológico. El aspecto psíquico también se tiene presente al hablar del estrés. Importantes teóricos como Lazarus y Folkman fueron pioneros en citar los factores determinantes del estrés desde la óptica psíquica (Kloster & Perrotta, 2019). En otras palabras, clasifican la reacción de la persona como un proceso a partir de su apreciación personal de determinada situación. Así, el estrés es una acumulación de la forma en que una persona se vincula con su medio y

la circunstancia particular que percibe, a partir de su propio conocimiento, como un hecho serio que supera sus capacidades y puede poner en peligro su bienestar. Es decir, si alguien considera que no puede afrontar algún problema o algún cambio en su vida, se volverá una persona estresada y a la defensiva.

Según la teoría del estrés de Lazarus y Folkman, existen cuatro tipos de valoración para reaccionar ante un estresante. Kloster y Perrotta (2019) hablan de estas modalidades:

1. Amenaza: la persona reflexiona sobre diversas repercusiones negativas que podrían producirse y resultar perjudiciales para ella.
2. Daño-pérdida: alude al deterioro psíquico provocado como consecuencia de un daño inesperado o inevitable.
3. Desafío: el individuo considera que existen dos posibles desenlaces en la situación, una victoria y una derrota.
4. Beneficio: la persona valora mentalmente la modificación como algo que puede soportar, por lo tanto, no le provoca estrés.

En definitiva, la reacción de una persona frente a un agente estresante está en función de su apreciación de la situación y de sus propios mecanismos para lidiar con ella.

Dimensiones

Conforme a Barraza (2007), el estrés académico presenta las siguientes dimensiones:

Estresores: procesos a través de los cuales los sujetos tienen la capacidad de realizar y asimilar conocimiento, puesto que el móvil estresor tiene un elemento peculiar, siendo indispensable aclarar que en momentos determinados las demandas académicas llegan y estas son diferentes con algunas personas específicas. Es generada por las demandas académicas por la cual un estudiante está sometido y ocasiona un desequilibrio sistémico las cuales se manifiestan de diversas formas.

Síntomas: los síntomas hacen referencia a las distintas formas en que cada individuo podría manifestar el estrés académico, siendo de manera conductual, psicológico y/o fisiológica. En el ámbito conductual, se puede ver que hay faltas de asistencia, alejamiento, alteración negativa en el hábito de alimentación, aumentos de discusiones, etc. En lo psicológico, las señales pueden ser las dificultades de mantener la atención, concentración, tristeza, intranquilidad, alteraciones del pensamiento y emociones. Y respecto a los signos físicos, se podría presentar dolores de cabezas, onicofagia, disminución del sueño y otros que están relacionadas a la reacción del organismo ante varias demandas.

Estrategias de afrontamiento al estrés: surge como respuesta para restablecer la estabilidad psicológica de la persona, pudiendo defenderse de cualquier estresor que surja, siendo habilidades asertivas, diciéndose elogios, optando por la religión, buscar información para un adecuado afrontamiento y una buena comunicación. Se requiere del esfuerzo y voluntad para sobrellevar las dificultades, optando para ello mediante la resolución de problemas, haciendo uso de la lógica; y pudiendo controlar y regular la parte emocional; esto en el individuo fomenta la aceptación y resignación, siendo una opción para el desahogo emocional.

Síntomas del estrés

Basándose en el postulado de Rossi (2001, mencionado en Barraza, 2005) explica tres tipos de categorías con relación a las respuestas o síntomas de los estudiantes en situaciones de estrés académico:

- Síntomas físicos: Fatiga, cansancio crónico, cefaleas. Hipertensión arterial, molestias estomacales, problemas de impotencia y trastornos sexuales, lumbalgia, dificultades para conciliar el sueño o regularlo, catarros frecuentes, transpiración abundante, pérdida o ganancia de peso, estremecimientos o nerviosismo.

- Síntomas psíquicos: Ansiedad, melancolía, excesiva ira, falta de decisión, baja autoestima, sentirse inútil, ausencia de entusiasmo, descontrol, negatividad, mala imagen personal, excesiva preocupación, falta de atención, inseguridad.
- Síntomas conductuales: Frecuentes desmemorias, tabaquismo, soledad, frecuentes enfrentamientos, falta de constancia en las responsabilidades, apatía, absentismo, ingesta de comida creciente o decreciente, poco interés por sí mismo y por otros.

Tipos de estrés

Aunque el estrés no sea necesariamente perjudicial, la ausencia de estrés podría conducir a cuadros depresivos. En este contexto, se han identificado hasta dos formas de estrés. Uno es el beneficioso (Eustress) y otro es el dañino (Distress) (Lopategui, 2000).

Eustrés (Estrés positivo):

Es un tipo de estrés que aparece cuando hay autoexigencias que buscan el cumplimiento de determinadas tareas. Sin embargo, la mente del sujeto se conserva.

Describe aquella tensión donde la persona interactúa con el factor estresante de forma receptiva y con creatividad, y tanto el cuerpo como la mente están preparados y listos a una reacción adecuada, es decir, es apto para afrontar y solucionar dificultades.

El eustrés es un estado con efectos positivos y beneficiosos para la persona, así es: aumentando el grado de conocimientos, los rendimientos cognitivos y conductuales superiores; y proporcionando una excitante incentivación para responder a las exigencias del estímulo, (Lopategui, 2000).

En resumen, el eustrés funciona como un estado adaptativo para el ser humano, y del cual se tiene aprendizajes positivos y beneficios al responder a la necesidad exigente del medio, como la mejora de los niveles de conocimientos, el rendimiento cognitivo y una conducta mejor.

Por lo anteriormente mencionado, es necesario un estrés positivo que favorezca el buen desarrollo y la funcionalidad de nuestra vida y, en palabras del propio Selye, «la completa falta de estrés supone la muerte». En otras palabras, no se puede concebir nuestra existencia sin que medien estimulantes externos.

Distrés (estrés negativo):

Según Hans Selye (1935), constituye aquella tensión nociva o displacentera, que finalmente provoca un desbalance en los aspectos de la fisiología y la psicología que acaba en el descenso del rendimiento de la persona, el desarrollo de trastornos psicósomáticos y el envejecer prematuramente. Se trata de aquello que provoca un sentimiento negativo (Lopategui, 2000).

En nuestra vida es común estar expuestos a estresantes negativos; así por ejemplo el fracaso (académico, laboral, dinámica familiar inadecuado, problemas de duelo, padecimiento de una enfermedad crónica, etc. Lo cual nos podría significar una amenaza, que si no contamos con estrategias adecuada de afrontamiento nos veremos enfrentados a situaciones de angustia: estrés negativo.

Otros tipos de estrés pueden ser:

- Estrés agudo: Define una interrelación entre la persona y el medio que hace que la persona sufra efectos en su organismo, balance, medio social, familiar, etc. Tiene una duración inferior a un mes (Guzmán & Encarnación, 2020).
- Estrés episódico agudo: Se da cuando el estrés agudo aparece muy a menudo, haciendo que la persona enferma se haga cargo de responsabilidades que normalmente no abordaría, reaccionando de un modo incontrolado e irritable, y tardando meses en aprender a lidiar con ello (Ávila, 2014).
- Estrés crónico: Es un tipo de estrés que se origina a partir de vivencias dolorosas de la infancia que inciden de forma directa en la

personalidad. El estrés crónico somete al individuo a un estado de depresión profunda y sin escapatoria, que afecta su salud psíquica y corporal y puede durar varias semanas o incluso meses (Jara & Landi, 2022).

Factores que Generan Estrés:

Entre los factores que causan estrés figuran los siguientes:

- Factores biológicos: Se refieren a aquellos factores de tipo biológico asociados a la forma de ser de las personas, haciendo hincapié en los mecanismos de índole demográfica.
- Factores psíquicos: Son las características propias de la personalidad de cada uno, los cuales, al surgir alguna circunstancia estresante, pueden poner de manifiesto aspectos afectivos y psíquicos que permiten interpretar las aptitudes y destrezas interaccionales para mejorar las mismas de manera efectiva (Peiró, 1992).

Fases del estrés

Reina (2004), entiende al estrés mediante tres fases:

- Fase de alerta. Nos permite la interpretación de nuevos procedimientos que aumentan las probabilidades de que se pongan en práctica diferentes metodologías, como, por ejemplo, estar muy irritable, tener problemas para centrarse y soportar aptitudes de un entorno lineal.
- Fase de resistencia. Ello posibilita la interpretación de aptitudes sistemáticas desde un ambiente analítico.
- Fase de cansancio. La cual permite considerar aspectos que resultan gratificantes e interpretar rasgos para seguir activándose. Es posible que haya una constante interacción de interpretación directa que responda a factores de mejora verdaderos de rasgos directos.

De esta manera, se tiene en consideración la teoría para analizar la propia entidad y cada uno de los parámetros que van modificando el

escenario real a lo largo del tiempo, con el objetivo de perfeccionar cada una de las habilidades de soporte día a día.

Causa que generan estrés académico

Como se ha explicado previamente, los factores estresantes son aquellos estímulos que se originan en el proceso de aprendizaje o en el centro educativo en el que se cursa la formación. La tensión generada por las entidades educativas es la causante del estrés educativo. Para Maquera (2020), los criterios para que una circunstancia se transforme en un factor estresante son: la aptitud, la capacidad de rendimiento, las expectativas y las exigencias del estudiante. Es decir, un alumno se puede estresar a causa de su forma de percibir y de interpretar las situaciones que se le presentan en el entorno escolar. Lo que causa malestar en alguien puede producir poco o ningún estrés en otra persona. He aquí una clasificación de los factores de estrés entre los estudiantes.

El estrés académico puede presentarse a lo largo de toda la trayectoria escolar de un estudiante. No obstante, se conoce que es en la educación universitaria donde este malestar se siente con mayor intensidad, ya que ésta concuerda con un periodo de transición en la vida personal del estudiante. Maquera (2020) menciona que puede haber factores de estrés generalizados que incluyen:

1. Sucesos de la vida (personales): estado de salud de la persona o de los parientes, dolencias, fallecimiento de familiares, dificultades financieras, dificultades familiares, separaciones, situaciones de desempleo, entre otros.
2. Sucesos de tipo social: Relacionarse con los demás compañeros de clase, incomunicación, shock cultural con los docentes o compañeros de aula, competencias sociales de los alumnos, presión de grupo, entre otros.
3. Sucesos de índole académica: exceso de carga académica, escasez

de tiempo, obligaciones académicas, metodología docente y valoración de la enseñanza, entre otros.

Por lo tanto, los factores de estrés son de distinta índole, pero es evidente que este estrés guarda una relación mucho más estrecha con causas meramente académicas.

La forma en que los alumnos ven día a día las modificaciones en la educación provoca que vayan sumando incomodidades y angustias. Estas son las causas más comunes de estrés académico en los alumnos. Varios artículos, como los de Gutiérrez et al. (2010), Berrío y Mazo (2011), Maceo et al. (2013), Alfonso et al. (2015), Kloster y Perrotta (2019) y Maquera (2020), concuerdan en una enumeración de factores específicos de estrés académico:

- Las actividades grupales.
- Un entorno físico poco agradable.
- La baja autoestima académica
- La competitividad escolar.
- Los enfrentamientos con compañeros o docentes.
- La exposición de trabajos en clase.
- La mala comunicación con los maestros.
- La carencia de incentivos.
- El sostenimiento de un buen desempeño o promedio escolar.
- La metodología usada por los docentes.
- La gran cantidad de compañeros.
- La asistencia a clase.
- La realización de exámenes.
- La carga excesiva de trabajo escolar.

- El poco o escaso tiempo para presentar tareas.
- Las tareas forzosas para superar un ciclo.

En otras palabras, los elementos y actividades que componen el aprendizaje son susceptibles de provocar estrés académico. Conviene destacar que la apreciación cognitiva que el estudiante hace de las exigencias pronostica si sentirá o no estrés.

Afrontamiento del Estrés Académico:

El afrontamiento es analizado como un proceso que implica esfuerzos cognitivos y psíquicos constantes, y que conlleva el análisis de nuevas habilidades de la persona con el fin de no desatender las demandas del entorno. Dicho de otro modo, el afrontamiento es analizado como un proceso que implica la realización de esfuerzos cognitivos y de comportamiento en el medio que conllevan la transformación necesaria para afrontar las exigencias internas o externas. Por lo tanto, se puede afirmar que hacer frente mediante el análisis, en aspectos generadores de una situación del entorno, altera su valoración subjetiva y, en consecuencia, puede llegar a dominar las características de las recomendaciones de aptitudes (Barriga, 2023).

1. Nivel personal: El objetivo consiste en elaborar estrategias cognitivo-comportamentales directas, que puedan observarse en el desenvolvimiento intelectual de las personas y, asimismo, interpretar nuevas vías para dominar todo tipo de problemas.
2. Nivel colectivo: Desde este nivel, se logra conocer cuáles son las estrategias para desarrollar destrezas sociales y, así, ir generando nuevas variantes que sirvan de soporte a la resolución de los inconvenientes suscitados.
3. Nivel organizativo: En este nivel se engloban las modalidades de sistematización y seguimiento diario de las competencias emergentes en el ámbito de trabajo (Peiró, 2005).

Los procesos estratégicos de análisis posibilitan un nuevo modelo de asistencia que permite dominar las funciones directas y una interacción concreta. Conviene llevar a la práctica lo siguiente:

- Moralidad.
- Ética.
- Principios

Consecuencias del estrés académico

El entorno académico indudablemente significa atravesar situaciones bastante estresantes, ello debido a que el sujeto puede afrontar, independientemente de la duración, un deficiente control sobre su entorno, el cual sin duda ha de generar estrés y otras condiciones que condicionaran su fracaso académico, tal es el caso de algún estudiante que tiene que pasar de un nivel a otro, por ejemplo, del escolar al universitario (Águila et al., 2015).

Es importante resaltar que diversos estudios se han enfocado en entender cuáles son las características que pueden regular la asociación existente entre el estrés académico y las formas de afronte manifiestas por los estudiantes, todo ello en relación a la autoeficacia percibida y las expectativas que tengan sobre su futuro académico, así como también su grado de determinación y la gran diversidad de factores existentes en el ambiente educativo, por ejemplo, el clima social dentro del aula que involucra no solo estudiantes, sino docentes (Gallego et al., 2018).

Entre las consecuencias, podemos detallar tres tipos, consecuencias físicas, conductuales y psicológicas, en las consecuencias físicas se encuentran aquellas que tienen una relación con las manifestaciones del organismo, como Es el caso de morderse las uñas, tener sacudidas musculares, cefaleas, trastornos del sueño o exceso de sueño, problemas digestivos, entre otros (Barraza, 2008).

En cuanto las manifestaciones psicológicas, esta va relacionado con las funciones emotivo y cognitivas de la persona, tales como dificultad para mantenerse quieto, dificultades para mantener la concentración, loqueos mentales, depresión, ansiedad, dificultades para evocar recuerdos y desesperación (Armenta et al., 2020).

De igual forma, aquellos estudiantes que producto del estrés académico manifiestan ansiedad en niveles elevados, son propicios para evidenciar también dificultades en su capacidad atencional, ello gracias a que su déficit de tranquilidad generan que se desconcentren de las actividades que desarrollan y ello genere dificultades para poder plantear soluciones a complicaciones que requieren evaluación previa, lo cual se presenta en situaciones de estudio como en la ejecución de tareas o exámenes (Malo et al., 2010).

Armenda y colaboradores (2020) establecen que existen situaciones relacionadas al estrés académico que agravan manifestaciones psicológicas como la tristeza, ira, miedo y ansiedad, las cuales condicionan a aparición de síntomas como cefalea, cansancio, dolor corporal, problemas en las funciones cognitivas y a su vez estas son indicadores físicos que ponen en evidencia que la persona no cuenta con los recursos de adaptación necesarios para poder lidiar con situaciones estresantes.

Barraza (2005) también menciona que las alteraciones emocionales que están vinculadas al estrés académico pueden ser tristeza, ira, sensación de miedo, ansiedad, las cuales tendrán respuestas físicas como dolores de cabeza y musculares, alteración en las funciones cognitivas, entre otros.

Hoy en día, el estrés es considerado como una fuente de alteraciones emocionales, las cuales repercutirán en las relaciones interpersonales o en la misma salud de la persona, generando reacciones físicas que no tienen una razón orgánica de ser (Pozos et al., 2015).

Por último, entre las manifestaciones conductuales, se puede observar que las personas sometidas a altos niveles de estrés académico pueden comportarse de manera agresiva mediante discusiones, aislamiento, faltar a clases, alteraciones en hábitos alimenticios y falta de ánimo para realizar actividades o tareas académicas (García et al., 2015).

2.3.2. RENDIMIENTO ACADÉMICO

El rendimiento académico es la meta máxima que se deriva de la incidencia del proceso educativo, que consigue la realización de procesos sistemáticos dirigidos conjuntamente por sus elementos, que están orientados hacia el esfuerzo del estudiante, y que demuestran la capacitación integral del estudiante en modificaciones de comportamiento acordes con los pretendidos objetivos (Plaza 2000).

Siguiendo con lo anterior, Mateus et al. (2021) definen el rendimiento académico como un fenómeno que es dinámico y procesal, donde diversas variables se encuentran involucradas y es importante considerar no solo las condiciones de los estudiantes, maestros y la interacción de estos, sino que también resulta fundamental tener en cuenta el sexo, la inteligencia y la personalidad de estos; diferentes estudios han demostrado que la personalidad y el rendimiento académico se relacionan de forma positiva, en donde se evidencian correlaciones significativas entre la apertura al cambio de los estudiantes y sus calificaciones, así mismo, se ha podido identificar que la responsabilidad de los estudiantes, es una característica que tiene gran relación con la obtención de las calificaciones durante su proceso de formación académica.

Por otra parte, Machado-Duque et al. (2015) exponen que el desempeño académico es la realización de los fines decretados en el proceso académico en el cual se encuentra el estudiante, los cuales están mediados por una nota cuantitativa ya sea insatisfactoria (perdida de la asignatura) o satisfactoria (aprobación de la asignatura).

El rendimiento académico para Carrasco (2005) puede comprenderse en relación con un colectivo social en el ámbito escolar que fija unos niveles de logro escolar mínimos previos a cualquier adquisición de saberes o destrezas.

De acuerdo con Pizarro (1985), el rendimiento académico es conceptualizado como una medida sobre la habilidad de reacción o indicativa de la capacidad que aproxima lo aprendido por un alumno durante el proceso de formación o aprendizaje.

Según Figueroa (2004, citado por Segura, 2023), el rendimiento académico sintetiza las actuaciones desarrolladas en el proceso formativo, no solamente en lo que se refiere a los aspectos cognoscitivos, sino también a las capacidades, destrezas, habilidades e inquietudes del alumno. Son varios los factores educativos que contribuyen al alcance de un rendimiento académico idóneo por parte de los alumnos, tales como el método de enseñanza, las peculiaridades individuales de los alumnos y el ambiente familiar, entre otros muchos aspectos.

Teorías de Aprendizajes:

Según la óptica constructivista sobre el aprendizaje, Ortiz (2015) refiere al respecto que el enfoque en mención, concibe el aprendizaje como una interacción entre docente y alumno, el ser humano es constructor de su realidad y su aprendizaje, pero lo hace siempre interactuando con los otros. Uno de los máximos representantes del modelo teórico es Jean Piaget.

Para Piaget (1972) señala que la maduración biológica y el aprendizaje están íntimamente ligados, ello se debe a que mientras exista una maduración biológica de acuerdo a la edad del sujeto ello permitirá desarrollar nuevas habilidades cognitivas que a su vez permitirán un mayor aprendizaje. Además, Piaget (1991), concibe la inteligencia como un proceso adaptativo del sujeto y su entorno. Otorgando así importancia a la asimilación y acomodación; entendiendo

el primero como la capacidad del ser humano para apropiarse de las características del mundo; el segundo hace referencia a la integración de la nueva información con la red cognitiva del sujeto, lo cual favorece a formar nuevos conceptos permitiendo así una adaptación óptima al medio. Es así que para Piaget la asimilación y acomodación se encuentran íntimamente ligada a la inteligencia, y esta va sufriendo modificaciones a través del estadio sensoriomotor hasta el estadio de operaciones formales.

Según Piaget (1977) el niño nace con unas estructuras cognitivas reflejas, donde no se puede dar del todo el proceso de asimilación y acomodación. Los esquemas se van formando en relación a las primeras experiencias que tiene el ser humano, como: la alimentación, la lactancia, la conducta refleja, etc. Dichas estructuras cognitivas, irán convirtiéndose en estructuras más sofisticadas

Particularidades del rendimiento académico

García y Palacios (2000) luego de efectuar un estudio de comparación en varias definiciones de desempeño académico, se llegó a la conclusión que se caracterizan por dos elementos. Es dinámico, porque el rendimiento académico queda determinado por una diversidad de variables tales como actitudes y contextos, la personalidad, que hacen una conjugación entre ellas. Así mismo es estático porque hace comprensión a la cosa producida del aprendizaje que genera el estudiante, y patenta un comportamiento que aprovecha, lo cual queda claramente en evidencia en las notas; por lo que se deduce, que el rendimiento académico tiene conexión a juicios de valoración, calificativos, lo cual está en relación a ánimos de carácter recto y conforme a la moral incluyendo expectativas económicas, lo que necesariamente hace un rendimiento que va de acuerdo al modelo vigente de la sociedad.

Tipos de rendimiento académico

El rendimiento escolar se evalúa según determinados parámetros. De acuerdo con Vigo (2008, citado por Segura, 2023), hay cuatro clases

de rendimiento académico:

1. Rendimiento individual: se pone en evidencia a través de la obtención de saberes, vivencias, costumbres, aptitudes, actitudes y pretensiones, que capacitan a los profesores para adoptar las mejores opciones educativas. También se sustenta mediante la indagación de saberes, costumbres culturales y el área cognitiva relativa a la propia identidad y afectividad.
2. Rendimiento global: esto se hace evidente en los escolares al acudir a los centros educativos no solo para adquirir nociones y costumbres culturales, sino también para perfeccionar su comportamiento académico.
3. Rendimiento concreto: resuelve problemas de índole personal y aporta al desarrollo profesional, social y familiar que se encontrarán posteriormente. En este caso, el logro resulta más sencillo, porque al valorar la vida emocional del estudiante, se debe tener en cuenta su comportamiento en relación con el profesor, sus iguales, él mismo y su familia.
4. Rendimiento social: hace alusión a la comunidad, ya que los centros educativos ejercen cierta presión sobre las personas para que actúen en la sociedad, lo cual está relacionado con factores tanto demográficos como geográficos.

Niveles de rendimiento académico

Según MINEDU, preciso que las notas de los estudiantes en los colegios públicos y privados del nivel secundario se expresan, de acuerdo con la evaluación de las competencias.

- Logro muy satisfactorio: menciona que el estudiante logro un aprendizaje superior y muestra una calificación mayor a 18.
- Logró satisfactorio: el estudiante logro conocimientos y aprendizaje en todas las asignaturas su calificación oscila en 14 a 17.

- Logro básico: está en un acercamiento del nivel esperado de aprendizaje, y requiere de ayuda y acompañamiento fluctúa en una nota 11 a 13.
- Logro inicial: es importante ya que acá es donde el estudiante, muestra dificultades para desarrollar actividades encargadas, el progreso del rendimiento es mínimo necesita más tiempo de acompañamiento de la familia se ubica en una nota menor de 10 y requiere ayuda en lo académico.

Requisitos para el aumento del rendimiento académico

Según Pizarro (1985), hay ciertas condiciones que hay que cumplir para aumentar significativamente el rendimiento académico:

- El contenido debe estructurarse de manera comprensible y coherente para el alumno.
- El alumno tiene que estar motivado para aprender.
- El educador debe crear vínculos entre los nuevos contenidos y los conocimientos que ya posee el alumno.
- Es necesario memorizar el contenido de forma clara para poder incorporar significados a los esquemas de aprendizaje.
- Los alumnos han de idear estrategias para investigar y encontrar nuevas formas de aprender.
- El autor también sugiere usar estrategias útiles para tener un mejor desempeño en la escuela:
- Llegar a tiempo a clase.
- Prestar atención y enfocarse en lo que se está enseñando.
- Tomar notas de lo más relevante del contenido de la clase.
- Revisarlo todo dentro de las 24 horas después de la clase.

- Resolver las dudas lo antes posible (de preferencia antes de la práctica o examen).
- Diseña y sigue un horario de estudio.
- Utiliza técnicas de estudio apropiadas para la materia.
- Durante los exámenes, adopta una actitud serena, mantén la concentración, responde a las cuestiones por orden y repasa tus respuestas de antemano antes de entregarlo.
- Completa los trabajos a tiempo y entrégalos en el plazo establecido.

Factores que influyen en el rendimiento académico

Factores internos

- a. Físico: En esta faceta, colocamos la salud, que consideramos como el estado normal del individuo en términos de sus características anatómicas y el funcionamiento de sus órganos. Normalmente, gozar de buena salud nos hace sentir bien y con energía. La salubridad humana constituye el factor fundamental por el cual podemos llevar a cabo todo tipo de actividades. Por otra parte, contribuye de manera significativa a importantes acciones de desarrollo, al reducir el grado de estrés con el que se enfrentan estudiantes y profesores. Por lo tanto, es preciso tener en consideración los ejercicios corporales como el desarrollo psicomotor para salvaguardar las capacidades específicas y así conseguir el desarrollo de cada una de las actitudes. Del mismo modo, la percepción resulta el elemento principal en cualquier proceso cognitivo: afecta negativamente al rendimiento cuando los órganos corporales, que constituyen la base de la misma, presentan alteraciones o deficiencias, como la visión corta y la sordera, entre otras, que causan retrasos en el ámbito académico. El hallazgo más habitual en todos los estudios sobre inteligencia y desempeño indica que existe una mayor correlación entre una inteligencia deficiente y unos resultados mediocres que entre una inteligencia elevada y unos resultados excelentes (Barriga, 2023).

- b. Emocional: Los efectos de los elementos emocionales de la psique siempre han influenciado todas las actividades humanas. El disfrute o el rechazo con que se llevan a cabo las tareas escolares, la predilección o el rechazo hacia una materia concreta, todo ello no solo afecta al inicio del cansancio o la fatiga, sino también al desempeño. Asimismo, es conveniente señalar los siguientes elementos que pueden afectar al rendimiento, la constancia o la capacidad de retomar una tarea, el descanso, la alimentación y otras actividades. La habilidad de soportar las incidencias del entorno que condicionan la acción también es determinante.

Por otra parte, es fundamental el tiempo necesario para que la persona se ponga en posición de trabajar de manera eficaz. Es bien sabido que algunas personas se involucran por completo en su tarea de manera rápida, en tanto que otras requieren más tiempo para concentrarse en el trabajo que deben realizar. En consecuencia, actualmente se hace necesario aplicar cada una de las medidas que resultan eficaces desde la perspectiva emocional y afectiva, para brindar protección y ayuda significativas en cada caso (Barriga, 2023).

Factores externos

- a. Entorno familiar: En la esfera social, cada miembro de la familia, como los progenitores, los hermanos y otras personas, desempeña un papel relevante en el estudio del contexto social. En cuanto a las particularidades, como criterio idóneo para la evolución, se presenta como un medio de asistencia para la protección de la sociedad de manera general (Barriga, 2023).
- b. Entorno educativo: En esta situación, es posible valorar la relevancia de los nuevos paradigmas que transforman las particularidades de este enfoque, que está ligado a nuevas contribuciones; en el que la educación en un entorno escolar bien establecido permite identificar las agrupaciones de personas que alcanzan el máximo nivel de rendimiento según sus aptitudes. En consecuencia, los docentes no

deben olvidar que una mala aplicación pedagógica en los centros educativos constituye una fuente de bajo rendimiento y, por lo tanto, es necesario realizar un esfuerzo adicional para superar estas complicaciones en la medida de lo posible, eliminando las técnicas inadecuadas y optando por las más adecuadas (Barriga, 2023).

- c. Entorno social: En cada uno de estos parámetros está el estudiante, quien se encuentra inmerso de lleno en este entorno y aporta a la institución educativa expresiones personales resultantes de la influencia de sus amigos de su vecindario, de los lugares que frecuenta en su tiempo libre y de otras personas con las que interactúa. Todas estas cuestiones están relacionadas con la productividad académica, y cada una es importante para aumentar las oportunidades y definir cada cambio concreto (Correa, 2019).

Elementos que inciden en el rendimiento académico

Elemento académico: En este marco, se establece el contenido temático y se planean estrategias para alcanzar los objetivos académicos; es decir, el qué y el cómo. Sin embargo, cualquier evento que pudiera influir a favor o en contra del aprendizaje no se pasa por alto.

Elemento económico: La economía es uno de los factores más relevantes en la educación de todo alumno, porque les ayuda a cubrir ciertas exigencias esenciales durante sus estudios. Los gastos habituales suelen estar relacionados con la vestimenta, la vivienda, el transporte, el ocio, etc. Si el alumnado cuenta con estos recursos, podrá progresar mejor en sus estudios y obtener buenos resultados académicos.

Elemento familiar: El ambiente familiar guía la vida de los alumnos, ya que es quien despierta su potencial. Al mismo tiempo, es fundamental comprender bien qué es la educación y lo valiosa que puede llegar a ser. En el seno de la familia se forma la personalidad educativa del alumno, ya que esta puede verse desde una perspectiva tanto negativa como

positiva. En otras palabras, las personas que han recibido una buena educación pueden llegar a considerar la educación como una oportunidad, y ello solo es posible si los miembros del núcleo familiar apoyan este concepto.

Elemento personal: Dentro de esta dimensión, las previas se unen para fijar una noción que cada persona debería poseer y que ninguna puede modificar; o sea, la singularidad que una persona tiene. Al interior de esta dimensión, observamos las prácticas sociales que se fueron acumulando durante el periodo de formación y las posturas verbales y no verbales convergen. Puede ser entendida como el comportamiento personal ante las adversidades encontradas en el día a día y, al ofrecer soluciones, pone en juego tanto las fragilidades como las virtudes. En otras palabras, existe una correspondencia entre lo firme y lo apropiado.

2.4. DEFINICIONES CONCEPTUALES

- a. Estrés:** Es el estado de agotamiento mental originado por la presencia de un rendimiento superior al normal.
- b. Estrés académico:** Viene definido como una respuesta a nivel del cuerpo, las emociones, la mente y el comportamiento a los estímulos y acontecimientos que se dan en el ámbito educativo. Se ha estudiado cómo influyen en él variables como el sexo, la edad, la carrera, las estrategias de afrontamiento, entre otras. El objetivo del artículo es revisar algunos modelos cognitivos del estrés, incluyendo el Modelo Cognoscitivo Sistémico del estrés académico, para establecer una discusión entre ellos. (Berrío, 2011)
- c. Estresores:** Son condiciones desencadenantes del estrés que pueden ser estímulos externos o internos, así como físicos, químicos, somático acústico, que daña de forma indirecta o directa, originando una desestabilización en el equilibrio del cuerpo.
- d. Estrategias de afrontamiento:** Es el conjunto de estrategias conductuales y cognitivas que el individuo emplea para enfrentar las demandas externas o internas, observándolas como un recurso de la persona. (Bedoya, Matos,

& Zelaya, 2014)

- e. **Estímulos estresores:** Se trata de circunstancias que las personas valoran y consideran amenazantes para su propio bienestar y son diferentes entre unos y otros, puesto que no todos perciben una misma acción como peligrosa (Barraza, 2006).
- f. **Rendimiento académico:** Refleja el grado de eficacia en la consecución de los objetivos del plan de estudios para las distintas disciplinas y viene expresado por una nota o media ponderada según el sistema vigesimal (Picardio, 2005).
- g. **Síntomas o Indicadores:** Shturman (2005) señala que, dado que el estrés supone un desfase sistémico en la conexión entre la persona y el ambiente, el cúmulo de síntomas se convierte en la expresión de este desfase que experimenta el individuo debido a la incomodidad. Los síntomas pueden ser de tres tipos: signos corporales, psíquicos y conductuales (Rossi, 2001).
- h. **Estrés Académico y Rendimiento Académico:** El estrés influye en el desafío de cualquier alumno a la hora de enfrentarse a exámenes que deciden su aprobación o no. En otras palabras, es la ansiedad ante las valoraciones. La relación entre ambos aspectos la describe Muñoz (2004) como la causa del estrés en el estudio y, en particular, en el desempeño. Los altos índices de estrés causan un montón de cambios que afectan directamente al rendimiento de los alumnos. De acuerdo con Maldonado et al. (2000), los ejemplos típicos de estrés son que los jóvenes se marchen antes de que empiece el examen o eviten hacer la evaluación.

2.5. HIPÓTESIS

2.5.1. HIPÓTESIS GENERAL

Ha: Existe relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025.

Ho: No existe relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025.

2.5.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS

Ha: Existe relación entre el nivel de los estresores académicos y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025.

Ho₁: No existe relación entre el nivel de los estresores académicos y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025.

Ha: Existe relación entre el nivel de los síntomas del estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025

Ho₂: No existe relación entre el nivel de los síntomas del estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025

Ha: Existe relación entre el nivel de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025

Ho₃: No existe relación entre el nivel de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025

2.6. VARIABLES

2.6.1. VARIABLE 1. ESTRÉS

Es una acumulación de respuestas fisiológicas que provocan cambios en el comportamiento de una persona cuando esta atraviesa situaciones difíciles en su ámbito personal o profesional. Asimismo, esta

puede ser causada por alteraciones emocionales o de pensamiento (Miami Technology & Arts University, 2022)

Dimensiones

- Estresores académicos
- Síntomas – reacciones
- Estrategias de afrontamiento

2.6.2. VARIABLE 2. RENDIMIENTO ACADÉMICO

Como señala Carrasco et al. (2020) toma la acepción sobre el rendimiento académico concebido como el colectivo de cualidades producidas en el alumno, considerando el reflejo de su grado académico de acuerdo con lo esperado en los indicadores de evaluación de su aprendizaje

Dimensiones

- Matemática
- Comunicación
- Ciencias sociales
- Educación religiosa
- Ciencia y tecnología

2.7. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES (DIMENSIONES E INDICADORES)

Variables	Definición Conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento	Escala de medición
Estrés	Es una acumulación de respuestas fisiológicas que provocan cambios en el comportamiento de una persona cuando esta atraviesa situaciones difíciles en su ámbito personal o profesional. Asimismo, esta puede ser causada por alteraciones emocionales o de pensamiento Miami Technology & Arts University (2022)	El estrés con sus dimensiones estresores académicos, síntomas (reacciones) y las estrategias de afrontamiento fue evaluado con el inventario SISCO de estrés académico	Estresores Académico	Intensidad del estrés Factores estresantes en el entorno del aula. Elementos específicos del salón que generan estrés al estudiante	Del 01 al 08	Inventario SISCO del estrés académico, diseñado y validado por (Barraza, 2008)	Ordinal Escala 1 (nunca) 2 (rara vez) 3 (algunas veces) 4 (Casi siempre) 5 (siempre) <u>Categorías</u> 0 – 33% nivel leve del estrés 34% a 66% nivel moderado de estrés 67% al 100% nivel severo del estrés
			Síntomas (Reacciones)	Síntomas reacciones físicas.	Del 09 al 14		
				Síntomas físicos asociados al estrés académico	Del 15 al 19		
				Síntomas o reacciones psicológicas: Reacciones emocionales y mentales al estrés académico del entorno			
Estrategias de Afrontamiento	Síntomas o reacciones Comportamentales: Cambios en el comportamiento debido al estrés académico.	Del 21 al 24					
				Habilidades y recursos internos para enfrentar estrés académico	Del 25 al 34		

Rendimiento Académico	Es el colectivo de cualidades producidas en el alumno, considerando el reflejo de su grado académico de acuerdo con lo esperado en los indicadores de evaluación de su aprendizaje. Carrasco et al. (2020)	Es el resumen de cualidades que presenta el estudiante reflejo de sus capacidades académicas en las diferentes áreas.	Evaluación (áreas)	Matemática Comunicación Ciencias sociales Educación religiosa Ciencia y tecnología	Actas promocionales 2024 de la I.EE-DAC SIAGIE (Sistema de Información de Apoyo a la Gestión de la Institución Educativa)	C Inicio B Proceso A Logro AD Logro destacado
-----------------------	--	---	--------------------	--	---	--

CAPITULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

Por las características que presenta, el presente estudio desarrollada fue de tipo básica. De acuerdo con Sánchez y Reyes (2015), sostienen que la investigación básica, nos impulsa a explorar nuevos horizontes de saber y áreas de investigación, no tiene objetivos prácticos específicos, manteniendo como finalidad la recopilación de información de la realidad para engrosar el acervo científico, orientándonos al descubrimiento de principios y leyes.

La Investigación Básica buscará el progreso científico, acrecentar los conocimientos teóricos acerca del estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión-Pasco con la finalidad de obtener nuevas características o modelos teóricos científicos mediante principios y leyes.

3.1.1. ENFOQUE

El estudio hizo uso del enfoque cuantitativo, ya que, de acuerdo con Hernández y Mendoza (2018), las variables son susceptibles de medida numérica, y además porque las cuestiones plantean las hipótesis, así como por la disponibilidad de investigaciones precedentes e instrumentos que se pueden emplear para calcular con precisión las variables del estudio. Seguido del método científico clásico: donde se plantea un problema, se crea unas hipótesis, experimentación, análisis de datos y sacar conclusiones. Pero el aspecto central es que el objeto de estudio de estos enfoques de investigación son las variables o fenómenos cuantificables o mensurables es decir que involucra un proceso de estudio numérico que tiene que ver con fundamentos estadísticos en las que se prueban hipótesis previamente formuladas.

Este estudio explora la relación entre Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática

3.1.2. ALCANCE O NIVEL

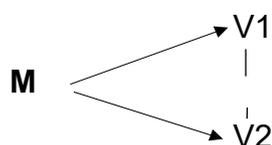
En el presente trabajo de investigación el nivel fue correlacional porque, se busca identificar la asociación entre la variable 1: estrés y la variable 2: rendimiento académico (Hernández y Mendoza, 2018).

Considerando que se busca establecer la relación entre Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025, de acuerdo a Bernal (2010), este tipo de investigación mide el grado de relación entre variables de la población estudiada

3.1.3. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

El diseño fue de tipo no experimental, en que no se va realizar la manipulación y control de la variable independiente para ver su efecto, sino observar las situaciones ya existentes (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Se desarrollará aplicando el diseño transeccional correlacional, que según Hernández y Mendoza (2018), describen interrelaciones entre dos o más categorías, nociones o variables en una determinada circunstancia, tanto en términos de correlación como de causa y efecto. (2014). Esquema



Donde:

- M = Muestra: 190 estudiantes
- Variable 1: Estrés
- Variable 2: Rendimiento Académico

- r = Relación entre variables.

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.2.1. POBLACIÓN

Ventura (2017), indica que la población está formada por un conjunto de elementos (personas, objetos, historias clínicas) que tienen cualidades que se pueden estudiar.

La población es considerada como la cantidad total de individuos que comparten idénticas particularidades y respecto a las cuales existe interés en comprender el fenómeno o hecho (Balestrini, 2010 p.140).

La población estuvo constituida por 789 alumnos de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco, como se indica en la siguiente tabla.

Tabla 1
Población de alumnos de educación secundaria

Año	Sexo				Total	
	Hombre	%	Mujer	%	fi	%
Primero	40	23%	60	18%	100	20%
Segundo	30	18%	70	21%	100	20%
Tercero	40	23%	60	18%	100	20%
Cuarto	30	18%	70	21%	100	20%
Quinto	30	18%	70	22%	100	20%
Total	170	100%	330	100%	500	100%

Nota. Datos de nómina de matrícula

3.2.2. MUESTRA

Para Otzen y Manterola (2017) considera a la muestra posibilita conjeturar los resultados observados en ésta y generalizarse a poblaciones accesibles, son grupos de sujetos pertenecientes a una población los cuales están independientes para el estudio.

Hernández, et al. (2018) refiere que la muestra resulta ser un sub grupo de la población. Demandar la definición de la población para poder extender los hallazgos y fijar criterios.

La muestra de estudio estuvo conformada por los estudiantes de tercero, cuarto y quinto año de secundaria matriculados en el periodo educativo 2025 en la institución educativa emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco.

El tipo de muestreo fue no probabilístico censal, ya que se empleó la total de la población estadística de segundo, tercero y cuarto año de secundaria. Otzen y Manterola (2017) explican que es tipo de muestreo facilita la elección de la muestra ya que los sujetos a estudiar se eligen a conveniencia del investigador.

Tabla 2
Muestra de alumnos de educación secundaria

Año	Sexo				Total	
	Hombre	%	Mujer	%	fi	%
Segundo	35	36%	32	35%	67	35%
Tercero	22	22%	19	20%	41	22%
Cuarto	41	42%	41	45%	82	43%
Total	98	100%	92	100%	190	100%

Nota. Datos de nómina de matrícula

Criterios de inclusión:

- Alumnos de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco 2025.
- Aprobación de los padres de familia y estudiantes mediante la firma del consentimiento en participar de forma voluntaria en el estudio.
- Estudiantes voluntarios y quienes se encuentran en segundo, tercero y cuarto de educación secundaria.

Criterios de exclusión:

- Rechazo o negativa de algunos padres de familia o estudiantes en participar del estudio.
- Estudiantes quienes se encuentran en primero y quinto año de secundaria.

3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.3.1. TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DA DATOS

La técnica de recolección de datos fue la psicometría, poseyendo como instrumento el inventario de SISCO

La psicometría según Muñiz (2003) se define como el conjunto de métodos, técnicas y teorías relacionadas en la medida de las variables psicológicas, considerando su especialización en las propiedades métricas sugeridas a este tipo de medida.

Cuestionario: Se empleó esta técnica de valoración de los grados de estrés, parte de las cuarenta y nueve alumnas de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco 2025.

Encuesta: Técnica para el desarrollo del presente trabajo se utilizará la encuesta, Ávila (2020) defiende a la encuesta, esencialmente, como alternativo a la entrevista. Se realiza, además, una propuesta de nomenclatura para los tipos de preguntas a utilizar en ambos, así como sendas nuevas clasificaciones; que su utilización posibilita la obtención de datos a través de la contestación de las cuestiones formuladas en un cuestionario. Esta técnica de investigación permite el análisis de los resultados de forma objetiva.

Evaluación formativa: Esta técnica se utilizará para la evaluar cualitativa del logro de aprendizajes o desempeño escolar.

3.3.2. INSTRUMENTO

Ficha técnica

Inventario SISCO de Estrés Académico

A. Ficha técnica

Nombre: Inventario SISCO para el Estrés Académico.

Autor: Arturo Barraza Macias en el año 2008.

Ámbito de Aplicación: Área educativa

Técnica: Encuesta

Administración: Individual y/o colectiva

Tiempo: 20 minutos

Procedencia: México

Edad de aplicación: Adolescentes de 12 a 18 años.

Puntuación: Calificación manual

Objetivos: Esta es una escala autónoma que valora los factores estresantes, las manifestaciones y las estrategias de enfrentamiento. Mide y evalúa las tres principales respuestas corporales, psíquicas y conductuales (Identificar y medir los niveles de estrés)

Adaptado: Mercedes Ureta Inocente

Composición: Consta de 31 ítems

Tipo de respuesta: Las preguntas se contestan utilizando una escala Likert de cinco puntos (nunca, rara vez, a veces, casi siempre y siempre).

Validez: Juicio de expertos

Puntuación máxima: 116 puntos

Dimensiones: El inventario se configura por 31 ítems distribuidos en tres dimensiones: estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.

Calificación: Tipo Likert

Clasificación porcentual del Inventario SISCO de estrés académico
Baremos: 0 – 33% estrés leve (bajo). 34% a 66% estrés moderado (medio) y 67% a 100% estrés profundo (alto).

Confiabilidad: El indicador de confiabilidad de Alfa de Cronbach de 0.90. Los resultados obtenidos también permitieron validar el instrumento del SISCO con un promedio del alfa de Cronbach de ,852 siendo entonces los resultados confiables

Tabla 3
Resumen de procesamiento de casos

	N	%
Casos	Válido	190
	Excluido	0
	Total	190

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Tabla 4
Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,852	31

Tabla 5
Anova

		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Si g
Inter sujetos		941,911	189	4,984		
Intra sujetos	Entre elementos	934,661	30	31,155	42,	,0
	Residuo	4187,984	5670	,739	180	00
	Total	5122,645	5700	,899		
Total		6064,556	5889	1,030		
Media global = 2.48						

Tabla 6
Validación de datos del instrumento

(Juicio de expertos)	Colegiatura	Lugar de trabajo
Mg. Laura Matilde Cristóbal Valdez	26083	Centro de salud mental comunitario universitario. Dr.Virgilio Lopez Calderon
Mg. Cecilia Alejandrina Manrique Alcocer	9831	Universidad De Huánuco
Mg. Ricardo Juan De Dios Sánchez	19687	Centro De Emergencia Mujer - Huánuco

Rendimiento Académico

Ficha Técnica de Rendimiento Académico

Nombre: Informe de progreso del Aprendizaje del estudiante

Autor: Ministerio de Educación (MINEDU). Sistema de Información de Apoyo a la Gestión de la Institución Educativa (SIAGIE)

Ámbito de Aplicación: Área educativa

Técnica: Análisis estadístico de datos

Administración: Individual

Tiempo: Por Bimestres

Procedencia: Perú

Edad de aplicación: Edad escolar los tres niveles desde 2 años a 17 años.

Puntuación: Calificación virtual

Aplicación: Se usa para valorar el desempeño académico del alumnado, tasas de deserción, asistencia, entre otros indicadores. Permite tomar decisiones basadas en datos

Para integrar SIAGIE en los procesos de gestión escolar, permiten un seguimiento más eficaz en el cumplimiento de metas institucionales.

Calificativos: **AD** Logro destacado. **A** Logro, **B** En proceso. **C** En inicio

3.4. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

Según Tamayo (2004), refiere que las técnicas para el procesamiento es necesario desarrollarlos matemáticamente ya que para su procesamiento estadístico se permite llegar a conclusiones en correlación con las hipótesis.

Plan de tabulación

La tabulación viene a ser el proceso por el cual los datos compilados se constituyen y concentran a determinadas hipótesis, en tablas para su procedimiento estadístico. Rojas (2019).

El proceso de tabulación se desarrollará de la siguiente forma:

- Coordinación con la dirección de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión de Cerro de Pasco.
- Contacto con los alumnos del segundo, tercero y cuarto año de educación secundaria.
- Recopilación de datos de acuerdo a cada ítem en una tabla de Excel para su procesamiento respectivo.

- Traslado de la hoja de cálculo Excel al programa estadístico SPSS-26.
- Elaboración de tablas y figuras de acuerdo a la variable y dimensiones de cada uno de ellos.

3.4.1. PUEBAS ESTADÍSTICAS (ESTADÍGRAFOS)

Según Cavada (2008), los estadígrafos permiten desarrollar conclusiones próximas de la estructura de una base de datos. Estos números son erigidos considerando la información que posee dicha muestra.

Se hará uso de las medidas de tendencia central para la obtención de los datos que permitirá el procesamiento estadístico. Según Supo (2014) refiere que la media, la moda, la mediana, los cuartiles representan estas medias.

Se empleo las medidas de dispersión Supo (2014) considera el rango, la desviación media, la desviación estándar, la variación y el coeficiente de variación.

Desarrollado el tratamiento de datos se analizó por medio de la prueba de normalidad, que permitirá la selección de estadísticos paramétricos o no paramétricos a usar. Hernández (2018) refiere que es útil para limitar las estadísticas que se pueden utilizar. El investigador continúa decidiendo combinando diferentes tipos de variables, sistemas de medición, pruebas de normalidad para seleccionar las estadísticas necesarias.

Mediante el software estadístico SPSS-26 se desarrollará las técnicas estadísticas seleccionadas que permitirá contrastar las hipótesis planteadas.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Tabla 7

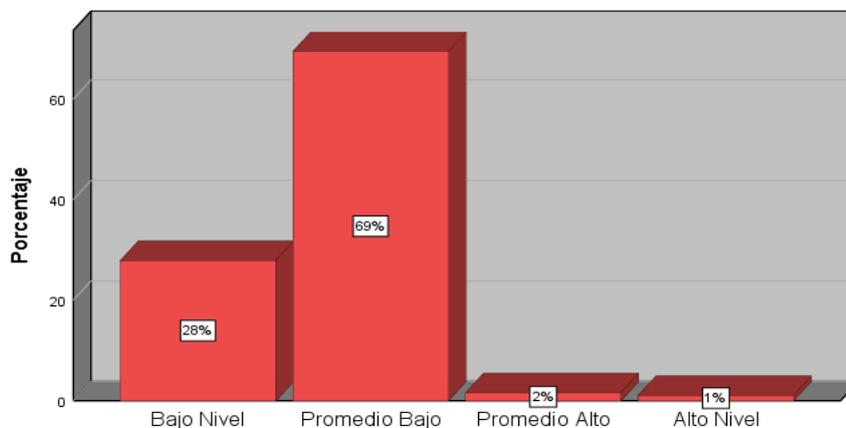
Nivel de estrés académico de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo Nivel	53	27,9	27,9	27,9
Promedio Bajo	132	69,5	69,5	97,4
Promedio Alto	3	1,6	1,6	98,9
Alto Nivel	2	1,1	1,1	100,0
Total	190	100,0	100,0	

Nota. Datos de los instrumentos de investigación

Figura 1

Nivel de estrés académico de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco



Como se observa en la tabla 7 y gráfico 1, el 69,9% de los encuestados presentan un nivel Promedio Bajo en la Escala General de Estrés Académico, el 27,9% de los encuestados presentan un nivel Bajo en la Escala General de Estrés Académico, el 1,6% de los encuestados presenta un nivel promedio alto y el 1,1% de los encuestados presenta un nivel alto en la escala general de estrés académico.

Tabla 8

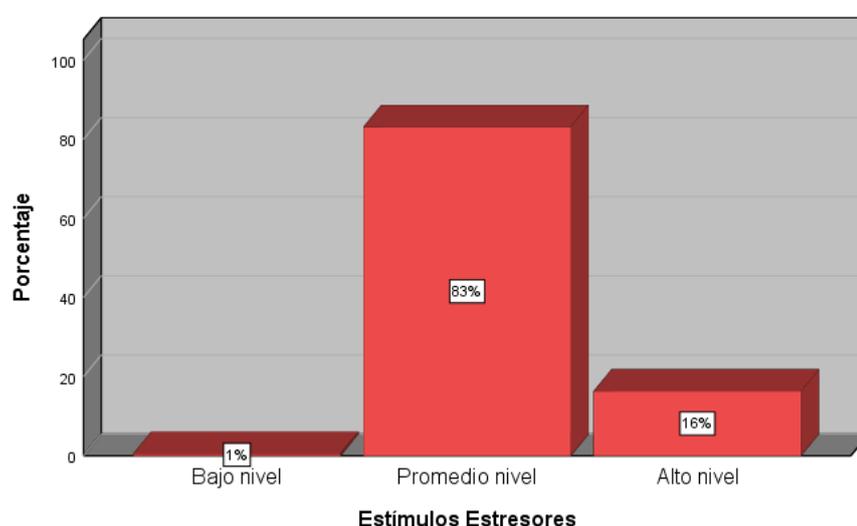
Nivel de estímulos estresores de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo nivel	1	,5	,5	,5
Promedio nivel	158	83,2	83,2	83,7
Alto nivel	31	16,3	16,3	100,0
Total	190	100,0	100,0	

Nota. Datos de los instrumentos de investigación

Figura 2

Nivel de estímulos estresores de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco



Como se observa en la tabla 8 y gráfico sobre los estímulos estresores de los estudiantes de secundaria el 83,2% presentan un nivel promedio, el 16,3% de los encuestados presentan un nivel alto en la dimensión “Estímulos Estresores” y el 0,5% un nivel bajo en la dimensión estímulos estresores.

Tabla 9

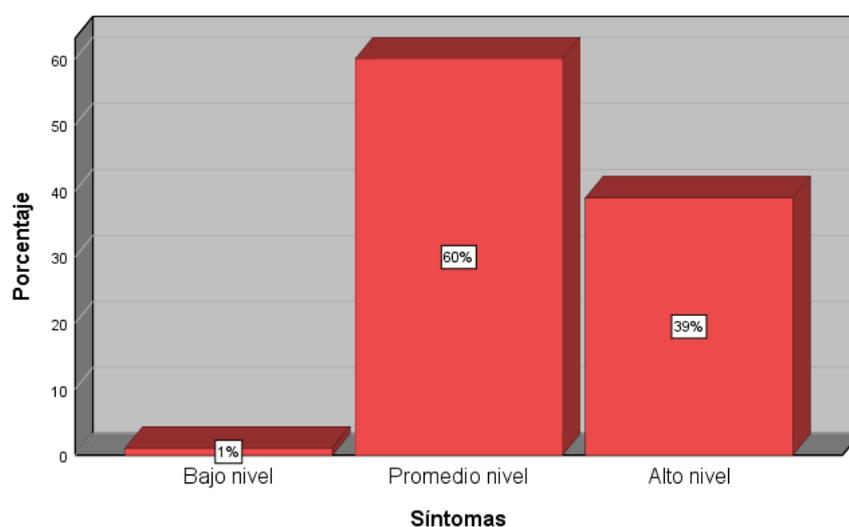
Nivel de síntomas de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo nivel	2	1,1	1,1	1,1
Promedio nivel	114	60,0	60,0	61,1
Alto nivel	74	38,9	38,9	100,0
Total	190	100,0	100,0	

Nota. Datos de los instrumentos de investigación

Figura 3

Nivel de síntomas de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco



Como se observa en la tabla 9 y figura sobre el nivel de síntomas del estrés el 60% de los encuestados presentan un nivel promedio, el 38,9% nivel alto y solo el 1,1% se observa un nivel bajo en los síntomas del estrés.

Tabla 10

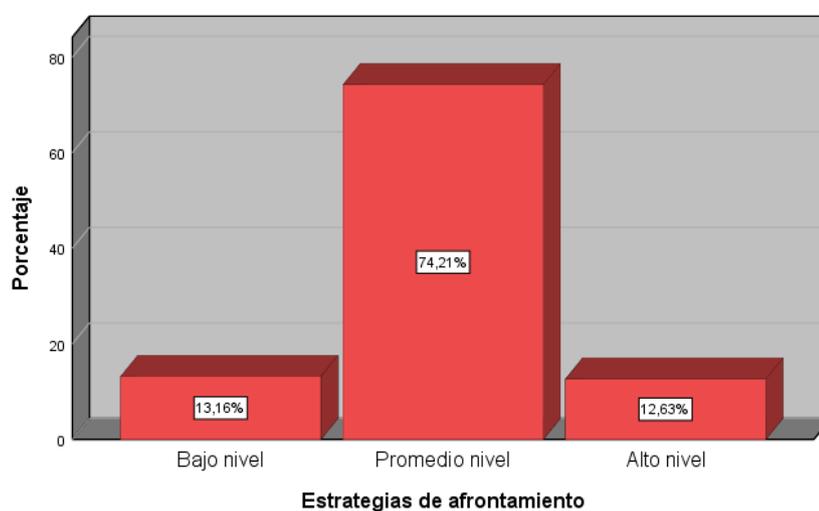
Nivel de estrategias de afrontamiento de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo nivel	25	13,2	13,2	13,2
Promedio nivel	141	74,2	74,2	87,4
Alto nivel	24	12,6	12,6	100,0
Total	190	100,0	100,0	

Nota. Datos de los instrumentos de investigación

Figura 4

Estrategias de Afrontamiento



Como se observa en la tabla y gráfico los resultados del nivel de estrategias de afrontamiento de estrés, el 74% de los encuestados presentan un nivel promedio, el 13,2% el nivel es bajo y el 12,6% su nivel es alto en sus estrategias de afrontamiento al estrés.

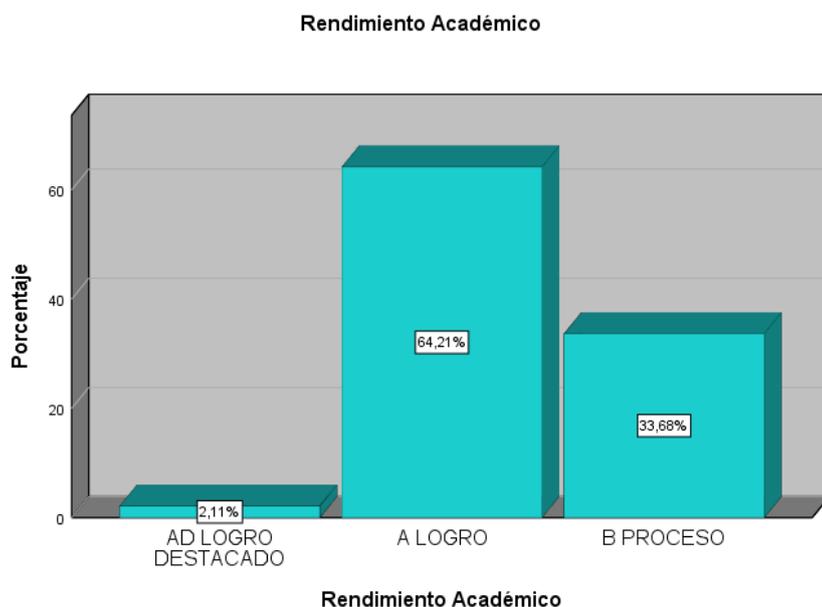
Tabla 11

Nivel de rendimiento académico de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco

Rendimiento Académico				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
AD LOGRO DESTACADO	4	2,1	2,1	2,1
A LOGRO	122	64,2	64,2	66,3
B PROCESO	64	33,7	33,7	100,0
Total	190	100,0	100,0	

Figura 5

Nivel de rendimiento académico de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco



Según los resultados del rendimiento académico encontramos que el 64,2% presentan nivel de logro, el 33,7% en proceso y el 2,1% son de logro destacado debido a la persistencia y el desempeño del estudiante, del tiempo dedicado al estudio, de la competencia y la habilidad de como concentrarse, siendo protagonista para alcanzar sus metas.

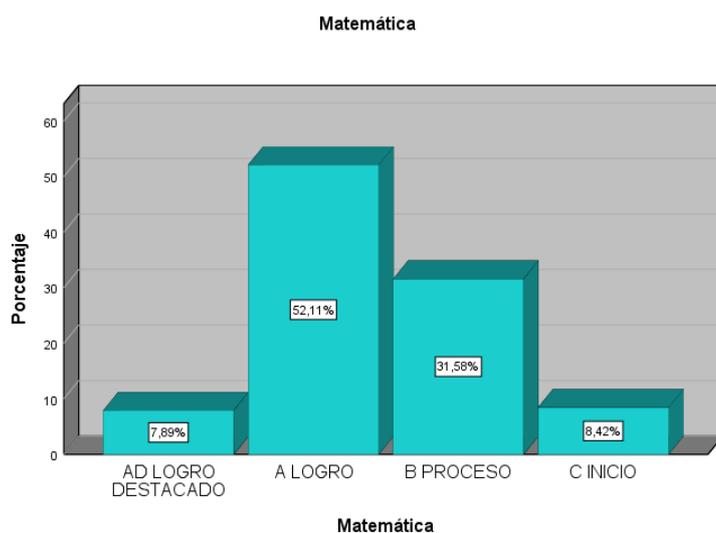
Tabla 12

Nivel de rendimiento académico de matemática de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco

Matemática				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
AD LOGRO DESTACADO	15	7,9	7,9	7,9
A LOGRO	99	52,1	52,1	60,0
B PROCESO	60	31,6	31,6	91,6
C INICIO	16	8,4	8,4	100,0
Total	190	100,0	100,0	

Figura 6

Nivel de rendimiento académico de matemática de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco



Según los resultados del rendimiento académico del área de matemática encontramos que el 52,1% presentan nivel de logro, el 31,6% en proceso, el 8,4% en el nivel inicio y el 7,9% es de logro destacado en sus capacidades de resolver problemas de cantidad, problemas de regularidad, equivalencia y cambio, resuelve problemas de forma, movimiento y localización y los problemas de gestión de datos e incertidumbre.

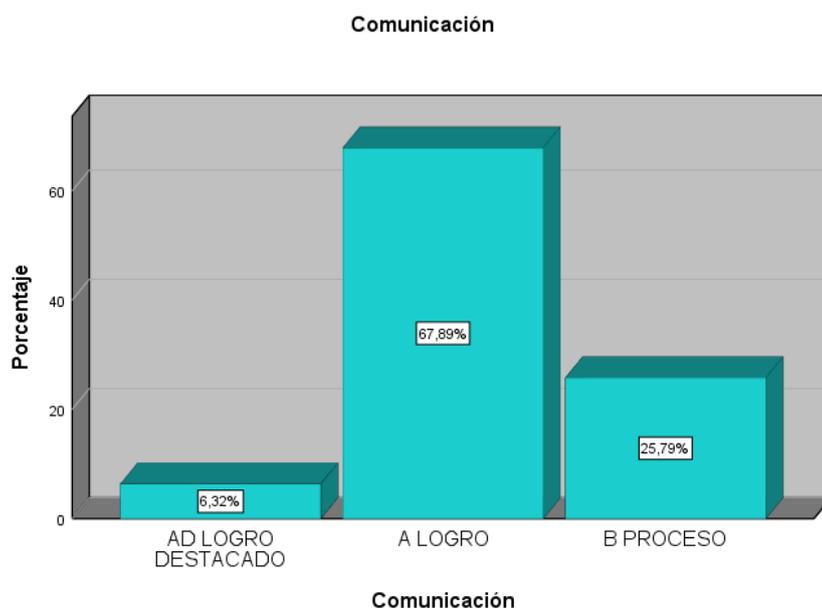
Tabla 13

Nivel de rendimiento académico de comunicación de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco

Comunicación					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
AD LOGRO DESTACADO		12	6,3	6,3	6,3
A LOGRO		129	67,9	67,9	74,2
B PROCESO		49	25,8	25,8	100,0
Total		190	100,0	100,0	

Figura 7

Nivel de rendimiento académico de comunicación de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco



Según los resultados del rendimiento académico del área de comunicación encontramos que el 67,9% presentan nivel de logro, el 25,8% en proceso y el 6,3% es de logro destacado en sus capacidades de comunicarse oralmente en su lengua materna, en leer diversos tipos de textos escritos en su lengua materna y de escribir diversos tipos de textos en su lengua materna.

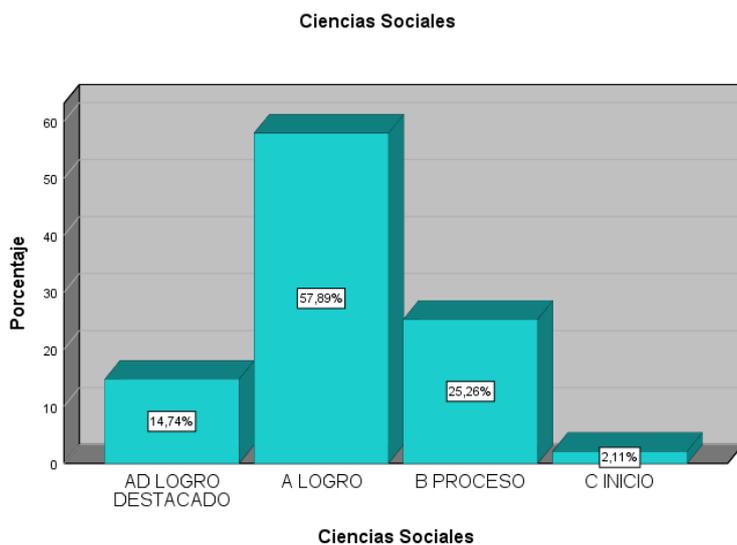
Tabla 14

Nivel de rendimiento académico de ciencias sociales de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco

		Ciencias Sociales			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
AD	LOGRO DESTACADO	28	14,7	14,7	14,7
A	LOGRO	110	57,9	57,9	72,6
B	PROCESO	48	25,3	25,3	97,9
C	INICIO	4	2,1	2,1	100,0
Total		190	100,0	100,0	

Figura 8

Nivel de rendimiento académico de ciencias sociales de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco



Según los resultados del rendimiento académico del área de ciencias sociales encontramos que el 57,9% presentan nivel de logro, el 25,3% en proceso y el 14,7% es de logro destacado y solo el 2,1% su nivel fue de inicio en sus capacidades de construir interpretaciones históricas, gestiona responsablemente el espacio y ambiente como los recursos económicos.

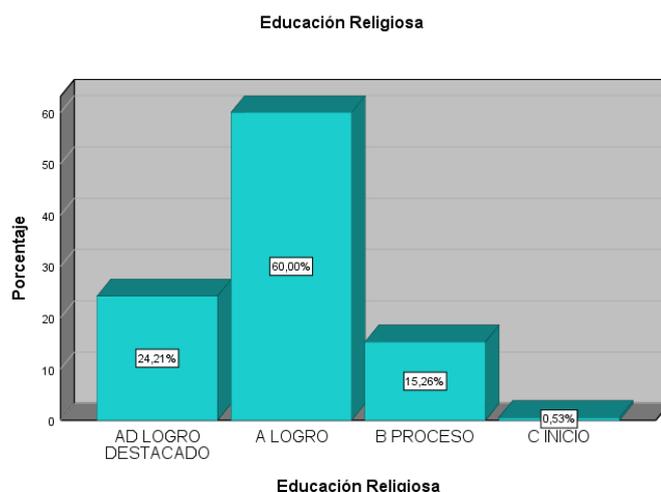
Tabla 15

Nivel de rendimiento académico de educación religiosa de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco

Educación Religiosa					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
AD	LOGRO DESTACADO	46	24,2	24,2	24,2
A	LOGRO	114	60,0	60,0	84,2
B	PROCESO	29	15,3	15,3	99,5
C	INICIO	1	,5	,5	100,0
Total		190	100,0	100,0	

Figura 9

Nivel de rendimiento académico de educación religiosa de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco



Según los resultados del rendimiento académico del área de educación religiosa encontramos que el 60% presentan nivel de logro, el 24,2% logro destacado, el 15,3% están en proceso y el 0,5% en inicio en sus capacidades de construir su identidad como persona humana, amada por Dios, digna, libre y trascendente, comprendiendo la doctrina de su propia religión, asumir la experiencia del encuentro personal y comunitario con Dios en su proyecto de vida en coherencia con su creencia religiosa.

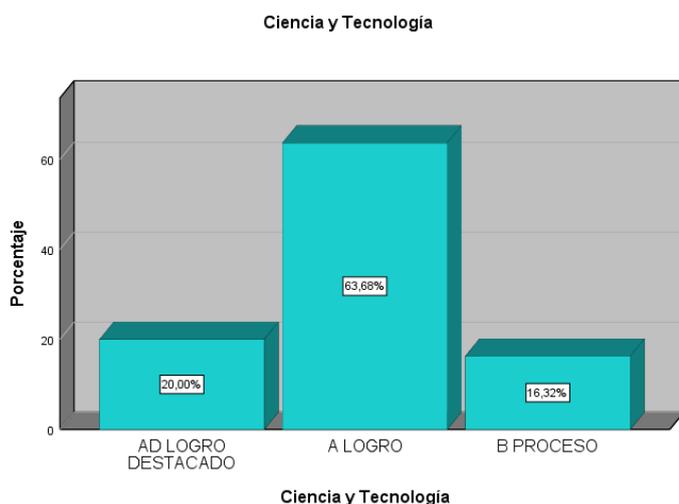
Tabla 16

Nivel de rendimiento académico de ciencia y tecnología de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco

Ciencia y Tecnología					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
AD	LOGRO DESTACADO	38	20,0	20,0	20,0
A	LOGRO	121	63,7	63,7	83,7
B	PROCESO	31	16,3	16,3	100,0
Total		190	100,0	100,0	

Figura 10

Nivel de rendimiento académico de ciencia y tecnología de los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco



Según los resultados del rendimiento académico del área de ciencia y tecnología encontramos que el 63,7% presentan nivel de logro, el 20% logro destacado y solo el 16,3% están en proceso de sus capacidades de indagar mediante métodos científicos para construir conocimientos, explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos materia y energía, biodiversidad, tierra y universo como también diseña y construye soluciones tecnológicas para resolver problemas de su entorno.

4.2. ANÁLISIS INFERENCIAL

Tabla 17
Prueba de normalidad

	Pruebas de normalidad					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
ESTRÉS	,119	190	,000	,942	190	,000
RENDIMIENTO ACADÉMICO	,093	190	,000	,984	190	,026

a. Corrección de significación de Lilliefors

Conformado el estudio por 190 estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco se desarrolló la prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov, los resultados muestran valores Sig, de 0,000, siendo menor al valor de alfa 0,005 por tanto, la prueba estadística a utilizar fue la prueba de correlación de Spearman.

4.3. HIPÓTESIS GENERAL

Ha: Existe relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025.

Ho: No existe relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025

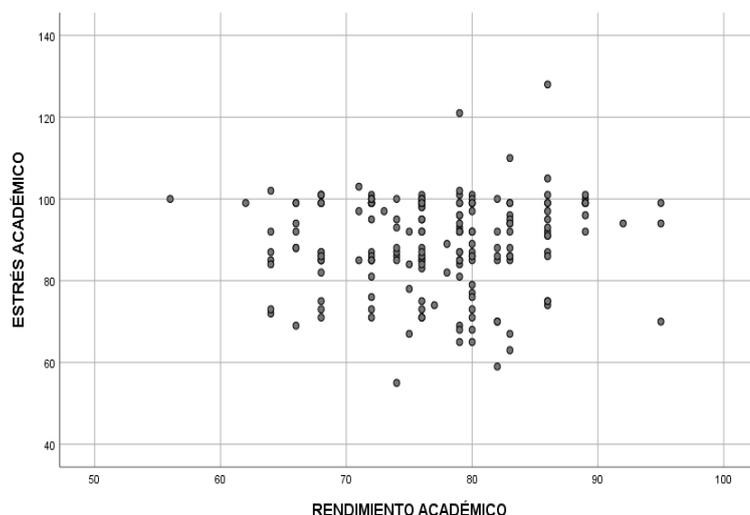
Tabla 18

Nivel de relación del estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025

		ESTRÉS ACADÉMICO			ESTRÉS ACADÉMICO	RENDIMIENTO ACADÉMICO
Rho de Spearman	ESTRÉS ACADÉMICO	Coeficiente de correlación	de	1,000		,043
		Sig. (bilateral)		.		,557
		N		190		190
	RENDIMIENTO ACADÉMICO	Coeficiente de correlación	de	,043		1,000
		Sig. (bilateral)		,557		.
		N		190		190

Figura 11

Nivel de relación del estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025



De acuerdo a los resultados sobre la relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025, se obtuvo una relación de 0,043 (relación mínima) pero el valor de Sig (bilateral) de 0,557 es mayor que el valor de alfa ($\alpha = 0,05$), por lo tanto, se determina que no existe relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025.

4.3.1. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS 1

Ha: Existe relación entre el nivel de los estresores académicos y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025.

Ho₁: No existe relación entre el nivel de los estresores académicos y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025.

Tabla 19

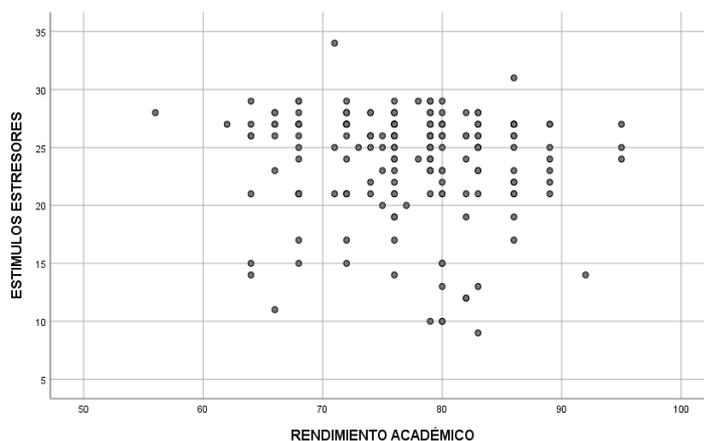
Nivel de relación de los estímulos estresores y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025.

			ESTIMULOS ESTRESORES	RENDIMIENTO ACADÉMICO
Rho de Spearman	ESTIMULOS ESTRESORES	Coeficiente de correlación	1,000	-,146*
		Sig. (bilateral)	.	,045
		N	190	190
	RENDIMIENTO ACADÉMICO	Coeficiente de correlación	-,146*	1,000
		Sig. (bilateral)	,045	.
		N	190	190

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Figura 12

Nivel de relación de los estímulos estresores y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025



De acuerdo a los resultados sobre los estímulos estresores y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025, se obtuvo una relación de -0,146 (relación negativa mínima) pero el valor de Sig (bilateral) de 0,045 es menor que el valor de alfa ($\alpha = 0,05$), por lo tanto, se determina que existe relación baja entre el nivel de los estímulos estresores y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025.

4.3.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS 2

Ha: Existe relación entre el nivel de los síntomas del estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025

Ho2: No existe relación entre el nivel de los síntomas del estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025

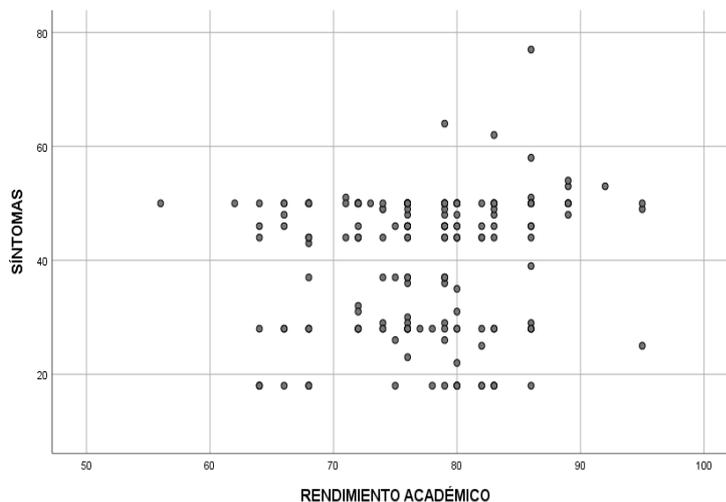
Tabla 20

Nivel de relación de los síntomas y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025

		SÍNTOMAS	RENDIMIENTO ACADÉMICO
Rho de Spearman	SÍNTOMAS	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,094
		N	190
RENDIMIENTO ACADÉMICO	SÍNTOMAS	Coeficiente de correlación	,094
		Sig. (bilateral)	,197
		N	190

Figura 13

Nivel de relación de los síntomas y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025



De acuerdo a los resultados sobre los síntomas y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco -2025, se obtuvo una relación de 0,094 (relación muy baja) pero el valor de Sig (bilateral) de 0,197 es mayor que el valor de alfa ($\alpha = 0,05$), por lo tanto, se determina que no existe relación entre el nivel de los síntomas del estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco- 2025.

4.3.3. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS 3

Ha: Existe relación entre el nivel de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025

Ho₃: No existe relación entre el nivel de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco- 2025

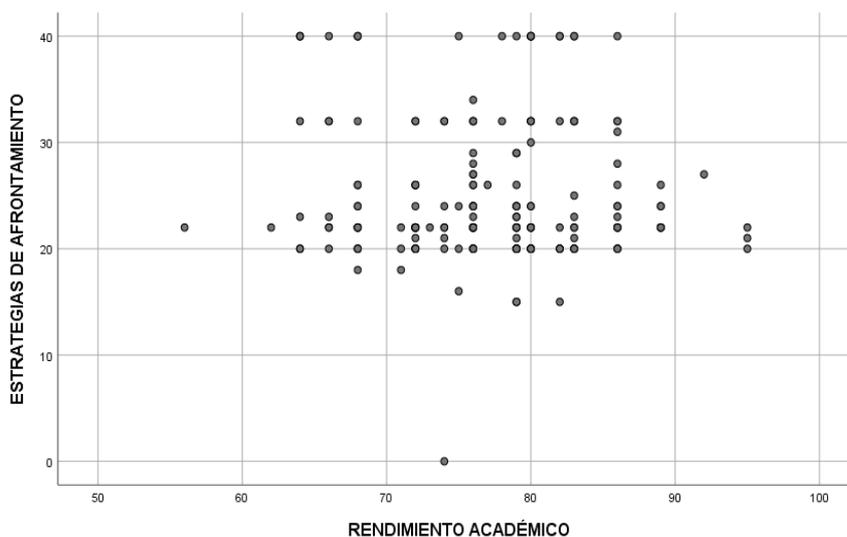
Tabla 21

Nivel de relación de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco- 2025

		ESTRATEGIAS DE RENDIMIENTO AFRONTAMIENTO ACADÉMICO	
Rho de Spearman	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO de	Coeficiente	1,000
		de correlación	-,004
		Sig. (bilateral)	.
	N	190	190
RENDIMIENTO ACADÉMICO	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO de	Coeficiente	-,004
		de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,959
	N	190	190

Figura 14

Nivel de relación de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco-2025



De acuerdo a los resultados sobre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025, se obtuvo una relación de - 0,004 (relación negativa muy baja) pero el valor de Sig (bilateral) de 0,959 es mayor que el valor de alfa ($\alpha = 0,05$), por lo tanto, se determina que no existe relación entre el nivel de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Realizado el tratamiento y análisis de los datos sobre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025, no se presentó relación en ambas variables debido que se presentó un valor de Sig (bilateral) de 0,557 es mayor que el valor de alfa ($\alpha = 0,05$).

Colunga et al. (2021) en México con el estudio denominado: Relación entre ansiedad y rendimiento académico en alumnado de secundaria. concluye que se visualizó un vínculo negativamente estadístico entre la ansiedad y el desempeño escolar en los alumnos. A nivel nacional Noya (2023), en Huancayo en el estudio nombrado: Estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundaria de instituciones privadas concluye que, no hay existencia de un vínculo significativo entre las variables objeto de estudio en la muestra seleccionada.

Alfonso et al. (2015) define el estrés académico, como la tensión que experimenta una persona que se encuentra en aprendizaje; se puede presentar tanto a nivel de estudio individual, como en salón de clases y se manifiesta desde el preescolar hasta el postgrado. Igualmente mencionan que este estrés está dado por factores tanto físicos como emocionales que pueden estar mediados por el ambiente, por condiciones internas o externas y que ejercen una presión significativa en el estudiante frente a sus habilidades para resolver problemas, la relación con compañeros, maestros o enfrentarse a los exámenes y, además, es una de las causas del bajo rendimiento académico.

Resultados que nos permite fortalecer con la teoría del estrés de Lazarus y Folkman, existen cuatro tipos de valoración para reaccionar ante un estresante. Kloster y Perrotta (2019) hablan de estas modalidades; Amenaza: la persona reflexiona sobre diversas repercusiones negativas que podrían producirse y resultar perjudiciales para ella. Daño-pérdida: alude al deterioro psíquico provocado como consecuencia de un daño inesperado o inevitable.

Desafío: el individuo considera que existen dos posibles desenlaces en la situación, una victoria y una derrota. Beneficio: la persona valora mentalmente la modificación como algo que puede soportar, por lo tanto, no le provoca estrés.

También se pudo comprobar la no existencia de relación de los síntomas y el rendimiento académico con un valor de Sig. (bilateral) de 0,197 es mayor que el valor de alfa ($\alpha = 0,05$), de igual forma las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico con un valor de Sig. (bilateral) de 0,959 es mayor que el valor de alfa ($\alpha = 0,05$).

Resultados que se relaciona con la investigación desarrollada por Infantas y Heredia (2023), en Tacna denominado: estrés académico y el rendimiento académico de los estudiantes de un instituto de educación quien concluyen que, se pudo identificar un vínculo inversamente estadístico entre el estrés escolar y el desempeño educativo del alumnado.

También Paitán y Monge (2020), refieren que el estrés académico afecta al estudiante de manera integral, no solo a nivel conductual o emocional o cognitivo, debido que se hace referencias a ciertas situaciones en que se exceden las tareas en el entorno universitario, o en situaciones sociales o en encuentros con miembros de la familia; y estas perturbaciones se alivian tras aplicar estrategias que puedan restablecer la tranquilidad psicológica.

Pero si existió relación negativa baja de los estímulos estresores y el desempeño académico de -0,146 (relación negativa mínima) pero el valor de Sig. (bilateral) de 0,045 es menor que el valor de alfa ($\alpha = 0,05$), siendo negativa debido que al disminuir los estímulos estresores se visualiza mejora en el rendimiento académico.

También en estudios relacionados al tema encontramos a Huertas et al. (2023) en México, en su tesis titulada: Estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios de la carrera de Médico Cirujano. Concluye que, se identificó una asociación positivamente muy baja entre el estrés y el rendimiento académico en la muestra seleccionada. Rueda et al. (2021), en Ecuador en el artículo científico: Relación entre estrés y rendimiento

académico de estudiantes de enfermería de una universidad ecuatoriana. Llegando a la conclusión que, existió un vínculo directo entre el estrés y el desempeño académico en la muestra ecuatoriana seleccionada. A nivel nacional Flores (2024), en la provincia de Cañete en el estudio denominado: Estrés y rendimiento académico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, del 2023. se pudo concluir que, se observó una asociación estadística entre las variables objeto de estudio en el alumnado de secundaria.

Entre los factores que causan estrés figuran los siguientes: Factores biológicos: Se refieren a aquellos factores de tipo biológico asociados a la forma de ser de las personas, haciendo hincapié en los mecanismos de índole demográfica. Factores psíquicos: Son las características propias de la personalidad de cada uno, los cuales, al surgir alguna circunstancia estresante, pueden poner de manifiesto aspectos afectivos y psíquicos que permiten interpretar las aptitudes y destrezas interaccionales para mejorar las mismas de manera efectiva (Peiró, 1992).

Los factores estresantes son incentivos derivados del aprendizaje o de los establecimientos educativos. La tensión generada por las entidades educativas es la causante del estrés educativo. Para Maquera (2020), los criterios para que una circunstancia se transforme en un factor estresante son: la aptitud, la capacidad de rendimiento, las expectativas y las exigencias del estudiante. Es decir, un alumno se puede estresar a causa de su forma de percibir y de interpretar las situaciones que se le presentan en el entorno escolar. Lo que causa malestar en alguien puede producir poco o ningún estrés en otra persona. He aquí una clasificación de los factores de estrés entre los estudiantes.

El estrés académico puede producirse a lo largo de toda la trayectoria académica de una persona. No obstante, resulta evidente que este malestar prevalece en la educación universitaria, ya que suele coincidir con un periodo de transformación en la vida personal de un individuo.

CONCLUSIONES

1. No existe relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025. Con valor de Sig. (bilateral) de 0,557 es mayor que el valor de alfa ($\alpha = 0,05$). Según el estrés académico el 69,9% su nivel promedio bajo, el 27,9% un nivel bajo, el 1,6% nivel promedio alto y el 1,1% nivel alto. En su rendimiento académico el 64,2% presentan nivel de logro, el 33,7% en proceso y el 2,1% son de logro destacado.
2. Existe relación baja negativa -0,146 entre el nivel de los estímulos estresores y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025. Con un valor de Sig. (bilateral) de 0,045 es menor que el valor de alfa ($\alpha = 0,05$). Por tanto, al disminuir los estímulos estresores incrementa el rendimiento académico.
3. No existe relación entre el nivel de los síntomas del estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025. Con un valor de Sig. (bilateral) de 0,197 es mayor que el valor de alfa ($\alpha = 0,05$).
4. No existe relación entre el nivel de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025. Con un valor de Sig. (bilateral) de 0,959 es mayor que el valor de alfa ($\alpha = 0,05$).

SUGERENCIAS Y RECOMENDACIONES

- **A la Dirección de la institución educativa emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco**
 - Fomentar actividades para reconocer y manejar el estrés; establecer convenios con ONGs o entidades privadas para apoyo psicopedagógico.

- **A los docentes y docentes tutores de la institución educativa emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco**
 - Implementar talleres y programas grupales contra el estrés; incluir pausas activas y métodos de evaluación alternativos que reduzcan la presión.

- **A los estudiantes de la institución educativa emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco**
 - Los estudiantes investigadores deberían aplicar los instrumentos durante las primeras horas de clase, para asegurar que los alumnos de la institución educativa los completen de manera correcta.
 - Se recomienda implementar programas basados en el enfoque cognitivo-conductual que enseñen a identificar emociones y reestructurar pensamientos, con el fin de mejorar el manejo del estrés, la satisfacción personal y la calidad de vida.

- **A los padres de familia de la institución educativa emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco**
 - Promover la intervención psicopedagógica periódica y asistir a consultas familiares para apoyar la estabilidad emocional de los estudiantes.
 - Asistir a las consultas psicológicas familiares de la institución educativa con la finalidad de brindar estabilidad emocional al estudiante.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Águila, B., Alcides, M., Monteagudo, R., & Nieves, Z. (2015). *Estrés Académico*. 7(2), 163- 178. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2077-28742015000200013&script=sci_abstract

Alfonso, B., Calcines, M., Monteagudo de la Guardia, R. y Nieves, Z. (2015). *Estrés académico*. EDUMECENTRO, 7(2), 163-178.

http://www.revedumecentro.sld.cu/index.php/edumc/article/view/530/html_48

Alfonso, B., Calcines, M., Monteagudo, R. & Nieves, Z. (2015). *Estrés académico*. *Revista Educación Médica Del Centro*, 7(2), 163–178. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2077-28742015000200013&script=sci_abstract

American Psychological Association. (2010). APA. *Diccionario conciso de psicología*. México: El Manual Moderno

<https://books.google.com.pe/books?id=GIX7CAAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>

Armenta, L., Quiroz, C. Y., Abundis, F., & Zea, A. (2020). *Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios*. Espacios, 41(48), 402415. <https://doi.org/10.48082/espacios-a20v41n48p30>

Arroyo, E. & Saenz, G. (2024). *El estrés producido por la pandemia COVID – 19 y el desempeño académico en el área de DPCYC de los estudiantes de la I. E. Mikael Lundberg del C. P Paugmaray, distrito de Huachon, Pasco –2023* Repositorio de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, Cerro de Pasco – Perú. http://repositorio.undac.edu.pe/bitstream/undac/4174/1/T026_71058818_T.pdf

Ávila, J. (2014). *El estrés un problema de salud del mundo actual*. *Revista Con-Ciencia*, 2(1), 115-124.

<http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S231002652014000100013&script>

=sci_abstract

Barraza, A. (2005). *Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior*. *Investigación Educativa*, 1(4), 15-20. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2880918.pdf>

Barraza, A. (2005). *Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior*. Zacatecas: Universidad Pedagógica de Durango. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2880918.pdf>

Barraza, A. (2006). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*. *Revista Psicología Científica.com*, <https://www.psicologiaincientifica.com/estresacademico-modeloconceptual/>

Barraza, A. (2007). *Estrés académico: Un estado de la cuestión*. *Revista Psicología Científica.com*, 9(2). <https://www.psicologiaincientifica.com/estresacademico-2/>

Barraza, A. (2008). *El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: Un diseño de diferencia de grupos*. *Revista avances en psicología latinoamericana*, 26(2), 270-289. <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/67/59>

Barraza, A. (2018). *Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems*. Books-©Ecorfan, Mexico. https://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf

Barriga, M. (2023). *Relación entre estrés académico y rendimiento académico en el área de Matemática en estudiantes de educación secundaria de una Institución*

Educativa Privada Alessandro Volta del distrito de Characato en el año 2021. *Repositorio de la Universidad Continental*, Perú. <https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13191/1/>

- Berrío, N., & Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 66–82. https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S214548922011000200006&script=sci_abstract
- Cardenas, J. (2023). *Procrastinación y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023*. Repositorio de la Universidad César Vallejo, Lima – Perú. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/123423/Carde_nas_CJDLA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Carrasco, J. (2005). *La recuperación educativa*. Madrid: Editorial Anaya.
- Colunga, C., Ángel, M., Vázquez, J., Vázquez, C. & Colunga, B. (2021). *Relación entre ansiedad y rendimiento académico en alumnado de secundaria. Revista de Estudio e Investigación en Psicología y Educación*, 8(2): 229 – 241. https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/29123/5-8457Colunga_Rodriguez-et-al-2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Correa, F. (2019). *Estrés ilustrado en alumnos de medicina de la Universidad Cesar Vallejo de Piura, 2013. Revista del Cuerpo Médico del Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo*, 8(2), 80-84. <https://cmhnaaa.org.pe/ojs/index.php/rcmhnaaa/article/view/202>
- Del Toro, A., Gorguet, M., Pérez, Y. y Ramos, D. (2011). *Estrés académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar. MEDISAN*, 15(1), 17-22. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192011000100003
- Flores, G. (2024). *Estrés Y Rendimiento Académico En Estudiantes De Secundaria De Una Institución Educativa Pública De La Provincia De Cañete, 2023*. Repositorio de la Universidad Católica de Trujillo – Perú. <https://repositorio.uct.edu.pe/items/34443082-3361-42fc->

ab0231e86183cf2d

Flores y Vargas (2023), *Estrés escolar y logros de aprendizaje en la institución educativa N° 34129 Chacayan de Daniel Alcides Carrión de Pasco*
chromeextension://efaidnbmnfnkbbbpbpcjgllcfoepljicfb/iidkcmekcccaaakmcllnckcckbkknj/http://repositorio.undac.edu.pe/bitstream/undac/3806/1/T026_42962308_T.pdf

Gallego, Y., Gil, S., & Sepúlveda, M. (2018). *Revisión teórica de eustrés y distrés definidos como reacción hacia los factores de riesgos psicosocial y su relación con las estrategias de afrontamiento*. Universidad CES, Colombia.

García, J., & Palacios, R. (2000). *Hábitos de estudios y rendimiento académico: Tesis de Maestría*. Málaga: I.E.S. Puerto de la Torre.

García, R., Pérez, F., & Fuentes, M. (2015). *Análisis del estrés académico en la adolescencia: Efectos del nivel educativo y del sexo en Educación Secundaria Obligatoria*. *INFORMACIO PSICOLOGICA*, 110, Art. 110.
<https://doi.org/10.14635/IPSIC.2015.110.3>

Gutiérrez, J., Montoya, L., Toro, B., Briñón, M., Restrepo, E., & Salazar, L. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *CES Medicina*, 24(1), 7–17.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=261119491001>

Guzmán, L., & Encarnación, T. (2020). *Prevalencia de indicadores de estrés agudo provocado por la pandemia COVID-19 y estrategias de afrontamiento en jóvenes de 20-24 años en el ensanche paraíso período mayo-octubre de 2020, Distrito Nacional, R. D. Repositorio de la Universidad Nacional Pedro Heriquez Ureña, República Dominicana*.
<https://repositorio.unphu.edu.do/bitstream/handle/123456789/4038/Prevalencia%20de%20indicadores%20de%20estr%c3%a9s%20agudo%20provocado%20por%20la%20pandemia%20COVID-19%20y%20Lia%20Camila%20Guzm%c3%a1n%20y%20Tahina%20Encarnaci%c3%b3n.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Huerta, M., Pérez, L., López, J., Uscanga, R. & Ríos, P. (2023). *Estrés y rendimiento académico en estudiantes universitario de la carrera de Médico Cirujano*. Revista Mexicana de Medicina Forense y Ciencias de la Salud, Editorial Universidad Veracruzana, 8(1): 119. <https://revmedforense.uv.mx/index.php/RevINMEFO/article/view/2993/4885>
- Infantes, S. & Heredia, F. (2023). *Estrés académico y el rendimiento académico de los estudiantes de un instituto de educación*. Revista Veritas et Scientia, 12(1). <https://revistas.upt.edu.pe/ojs/index.php/vestsc/article/view/774/756>
- Jara, L., & Landi, K. (2022). Estudio de los niveles de estrés laboral y el impacto que genera en el desempeño del personal de cuerpo de bomberos del cantón Biblián, durante el periodo abril-septiembre 2021. Repositorio de la Universidad Politécnica Salesiana, Cuenca. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/22663/1/UPSCT009809.pdf>
- Kloster, G. & Perrotta, F. (2019). *Estrés Académico en Estudiantes Universitarios de la Ciudad de Paraná. (Tesis de Grado)*. Universidad Católica Argentina. <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estresacademico-estudiantes-universitarios.pdf>
- Larico, M. & Rivera, J. (2023). *Estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución pública en la ciudad de Oxapampa – Pasco 2022*. Repositorio de la Universidad Continental, Huancayo – Perú. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/12720/2/IV_F_HU_501_TE_Larico_Rivera_2023.pdf
- Lopategui, E. (2000), *Estrés, concepto, causas y control*. <http://www.saludmed.com/Documentos/Estres.html>
- Maceo, O., Maceo, A., Ortega, Y., Maceo, M. & Peralta, Y. (2013). *Estrés*

académico: causas y consecuencias. Multimed, 17(2), 1–15.
<https://revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/302/411>

Machado-Duque, M., Echeverri, J. y Machado-Alba, E. (2015). *Somnolencia diurna excesiva, mala calidad del sueño y bajo rendimiento académico en estudiantes de Medicina. Revista Colombiana de Psiquiatría*.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.rcp.2015.04.002>

Malo, D., Cáceres, G., & Peña, G. (2010). *Validación del inventario SISCO del estrés académico y análisis comparativo en adultos jóvenes de la universidad industrial de Santander y la universidad pontificia bolivariana, seccional Bucaramanga, Colombia. Revista electrónica praxis investigativa*, 2(3), 26-42.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6534519>

Maquera, M. (2020). *Depresión y estrés académico en estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno 2019*. Universidad Nacional del Altiplano.
https://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/13643/Maquera_Payva_Maria_Elisa.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Mateus, C., Campis, R., Agüaded, I., Parody, A. & Ruiz, F. (2021). *Analysis of personality traits and academic performance in higher education at a Colombian university. Heliyon*, 7(5).
<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06998>

MINEDU. (2018). *¿Qué aprendizajes logran nuestros estudiantes? Evaluaciones de logros de aprendizaje 2018. Ministerio de Educación, Perú*. <http://umc.minedu.gob.pe/wp-content/uploads/2018/10/Informe-NacionalECE-2018.pdf>

Muñoz, A. (2005). *¿Cómo Afecta el Estrés Nuestro Cuerpo?*

Noya, M. (2023). *Estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundaria de instituciones privadas del distrito de el Tambo – Huancayo*. Repositorio de la Universidad Nacional del Centro del Perú, Huancayo.

https://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12894/9768/T010_44448254_M.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Obregon, G. (2022). *Estrés académico en estudiantes del nivel secundaria de una institución educativa nacional de lima metropolitana 2021*. Repositorio de la Universidad Privada Cayetano Heredia, Perú. <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/3376/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ortiz, G. (2015). *El constructivismo como teoría y método de enseñanza*. *Revista Sophia, Colección de Filosofía de la Educación*, 19(2), 93-110. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=441846096005>

Paitán, L. y Monge, L. (2020). *Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa particular de Huancavelica – 2020*. Repositorio de la Universidad Peruana Los Andes. <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1843/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Peiró, J. (1992). *Desencadenantes del estrés laboral*. (Tesis, Universidad Abierta Interamericana). <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files.pdf>.

Piaget, J. (1972). *Psicología de la inteligencia*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Psique.

Piaget, J. (1977) *El nacimiento de la inteligencia en el niño*. Barcelona, España: Crítica.

Piaget, J. (1991). *Seis estudios de psicología*. Barcelona, España: Editorial Labor, S.A.

Pizarro, R. (1985). *Revista de investigación de psicología: Rasgos y actitudes del profesor efectivo*. Santiago de Chile. 11(2): pp139-152. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3052965.pdf>

- Plaza. (2000). *Guía Práctica para superar el estrés*. Editorial Printer Interamericana Ltda. Bogotá Colombia.
- Pozos, B., Preciado, M., Plascencia, A., Acosta, M., & Aguilera, M. (2015). *Academic stress and physical, psychological and behavioural factors in Mexican public university students*. *Ansiedad y Estrés*, 21(1), 35-42. https://www.ansiedadystres.es/sites/default/files/rev/ucm/2015/anyes_2015_a3.pdf
- Raymundo, J. & López, O. (2023). *Las habilidades sociales y el estrés académico de los adolescentes del Centro Pre Universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán-2022*. Repositorio de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco Perú. <https://repositorio.unheval.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/4a5ef7769bda-4d2e-8e64-81d1e7c4dd1d/content>
- Reina, L. (2004). *Relación de los hábitos de estudio y autoestima con el rendimiento académico de los estudiantes de la Unamba*. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 3(1), 1-10.
- Rueda, D., Borja, L., Flores, M. & Carvajal, L. (2021). *Relación entre estrés y rendimiento académico de estudiantes de enfermería de una universidad ecuatoriana*. *Revista ecuatoriana INSPILP*, 5(1). <https://www.inspilp.gob.ec/index.php/inspi/article/view/4>
- Segura, Y. (2023). *Estrés académico y rendimiento escolar en los estudiantes de la Institución Educativa Privada “George Boole” Cajamarca, 2022*. Repositorio de la Universidad Nacional de Cajamarca, Perú. <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/6088/Yulisa%20Segura%20Salda%c3%b1a.pdf?sequence=5&isAllowed=y>
- Torres, J. & Vásquez, J. (2023). *Niveles de estrés por aislamiento relacionados con rendimiento académico, en estudiantes de secundaria 3° C IE Fe y Alegría N° 14 –Nuevo Chimbote –2022*. Repositorio de la Universidad Nacional del Santa, Nuevo Chimbote – Perú.

<http://168.121.236.53/bitstream/handle/20.500.14278/4501/Tesis%20Torres%20-%20V%c3%a1squez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

COMO CITAR ESTE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Ureta Inocente, M. E. (2025). *Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025* [Tesis de pregrado, Universidad de Huánuco], Repositorio Institucional UDH <http://>

ANEXOS

ANEXO 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TITULO: ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
EMBLEMÁTICA DANIEL ALCIDES CARRIÓN PASCO - 2025

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	METODO
<p>Problema general: PG1: ¿Cuál es la relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión de Pasco - 2025?</p>	<p>Objetivo general: OG1: Determinar la relación que existe entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025.</p>	<p>Hipótesis general: Ha: Existe relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025. Ho: No existe relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025.</p>	<p>Variable 1: Estrés</p>	<p>- D1. Estresores Académicos - D2 Síntomas (Reacciones) - D3. Estrategias de Afrontamiento</p>	<p>Tipo de investigación: Básica Enfoque: Cuantitativo Alcance o nivel de Investigación Correlacional Diseño de investigación: No experimental Población: Estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025 Muestra Estudiantes de 2do, 3ero y 4to año de educación secundaria (190) Muestreo: No probabilístico Técnicas: Encuesta Cuestionario</p>
<p>Problemas específicos PE1: ¿Qué relación existe entre el nivel de los estresores académicos y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025?</p>	<p>Objetivos específicos OE1: Identificar la relación entre el nivel de los estresores académicos y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa</p>	<p>Hipótesis específicas Ha: Existe relación entre el nivel de los estresores académicos y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco – 2025. Ho1: No existe relación entre el nivel de los estresores académicos y el rendimiento</p>	<p>Variable 2: Rendimiento académico</p>		

<p>PE2: ¿Cómo es la relación entre el nivel de los síntomas del estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025?</p> <p>PE3: ¿De qué manera es la relación entre el nivel de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025?</p>	<p>Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025</p> <p>OE2: Analizar la relación entre el nivel de los síntomas del estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025</p> <p>Ha: Existe relación entre el nivel de los síntomas del estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025</p> <p>Ho2: No existe relación entre el nivel de los síntomas del estrés y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025</p> <p>OE3: Establecer la relación entre el nivel de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco - 2025</p> <p>Ha: Existe relación entre el nivel de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco- 2025</p> <p>Ho3: No existe relación entre el nivel de las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco -2025</p>	<p>Evaluación formativa Instrumentos de Investigación: Inventario SISCO planteado por Barraza (2008) Actas de Evaluación del proceso de Aprendizaje del estudiante por el (SIAGIE)-2024</p>
---	---	--

ANEXO 2

INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
MODALIDAD SEMIPRESENCIAL DE PSICOLOGÍA

Inventario SISCO de Estrés Académico

Descripción:

A. Ficha técnica

- Nombre : Inventario SISCO para el Estrés Académico.
- Autor : Arturo Barraza Macias en el año 2008.
- Ámbito de Aplicación: Área educativa
- Técnica : Encuesta
- Administración : Individual y/o colectiva
- Tiempo : 20 minutos
- Procedencia : México
- Edad de aplicación : Adolescentes de 12 a 18 años.
- Puntuación : Calificación manual
- Objetivos : Se trata de una escala independiente que evalúa los estresores, síntomas y estrategias de Afrontamiento. Mide y evalúa las tres grandes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales (Identificar y medir los niveles de estrés)
- Adaptado Mercedes Ureta Inocente
- Composición : Consta de 31 ítems
- Tipo de respuesta : Los ítems son respondidos a través de escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre)
- Validez : Juicio de expertos
- Confiabilidad : El índice de confiabilidad de Alfa de Cronbach de 0.90.
- Puntuación máxima: 116 puntos
- Dimensiones : El inventario se configura por 31 ítems distribuidos en tres dimensiones : estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.

- Calificación :Tipo Likert

Categorización porcentual del Inventario SISCO de estrés académico

Baremo	Nivel
0 a 33%	Estrés leve (Bajo)
34% a 66%	Estrés Moderado (Medio)
67% a 100%	Estrés Profundo (Alto)

Nota: Para cada dimensión se procederá obteniendo la media respectiva e interpretándola con el mismo baremo general ya mencionado.

INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS PROPUESTO POR BARRAZA (2008)

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

Grado y Sección : Sexo : M () F ()

1. Durante el transcurso de este año lectivo, ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo? (Marca con una X)

Si	No
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

En caso de seleccionar la alternativa No, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa Si, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) es mucho. (Marca con una X)

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

3. Señala con qué frecuencia tuviste los siguientes síntomas o reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso. (Marca con una X)

ESTRESORES	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
La competencia con los compañeros del grupo	<input type="checkbox"/>				
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	<input type="checkbox"/>				
La personalidad y el carácter del profesor	<input type="checkbox"/>				

Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
Problemas con el horario de clases					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					

4. Señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

(Marca con una X)

REACCIONES FISICAS					
Síntomas	Nunca 68	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
REACCIONES PSICOLOGICAS					
Síntomas	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación					
Problemas de concentración					
Sensación de tener la mente vacía					
Problemas de memoria					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
REACCIONES COMPORTAMENTALES					
Síntomas	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					

Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Absentismo de las clases					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					

5. Señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Tomar la situación con sentido del humor					
Elogios a sí mismo					
Distracción evasiva					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de la información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					

Muchas gracias por su colaboración

ANEXO 3

Instrumentos de recolección de datos aplicados

 **UDH**
UNIVERSIDAD DE HUASCALCÁN
1970

INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS PROPUESTO POR BARRAZA (2008)

Grado y Sección : 2^{do} "E"

Sexo : M () F (x)

1. Durante el transcurso de este año lectivo, ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo? (Marca con una X)

Si	No
X	

En caso de seleccionar la alternativa "No", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa "Si", pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) es mucho. (Marca con una X)

1	2	3	4	5
			X	

3. Señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones.
(Marca con una X)

ESTRESORES	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
La competencia con los compañeros del grupo			X		

Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)		X			
Problemas con el horario de clases	X				
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase				X	
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	X				
Tiempo limitado para hacer el trabajo				X	

4. Señala con qué frecuencia tuviste los siguientes síntomas o reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso. (Marca con una X)

REACCIONES FISICAS					
Síntomas	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	X				
Fatiga crónica (cansancio permanente)			X		
Dolores de cabeza o migrañas				X	
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	X				
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	X				
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					X
REACCIONES PSICOLOGICAS					
Síntomas	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					X
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					X
Ansiedad, angustia o desesperación					
Problemas de concentración			X		
Sensación de tener la mente vacía		X			
Problemas de memoria					X
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad				X	
REACCIONES COMPORTAMENTALES					
Síntomas	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir		X			
Aislamiento de los demás	X				
Desgano para realizar las labores escolares			X		
Absentismo de las clases	X				
Aumento o reducción del consumo de alimentos		X			

5. Señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo. (Marca con una X)

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)				X	
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					X
Tomar la situación con sentido del humor	X				X
Elogios a sí mismo.	X				
Distracción evasiva				X	
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					X
Búsqueda de la información sobre la situación					X
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	X				

Muchas gracias por su colaboración.

INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS PROPUESTO POR BARRAZA (2008)

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

INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS PROPUESTO POR BARRAZA (2008)

Grado y Sección : 3^{ro} "C"

Sexo : F (X)

1. Durante el transcurso de este año lectivo, ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo? (Marca con una X)

Si	No
X	

En caso de seleccionar la alternativa "No", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa "Si", pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) es mucho. (Marca con una X)

1	2	3	4	5
		X		

3. Señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones. (Marca con una X)

ESTRESORES	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
La competencia con los compañeros del grupo		X			
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares		X			
La personalidad y el carácter del profesor			X		

Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	X				
Problemas con el horario de clases		X			
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)		X			
No entender los temas que se abordan en la clase			X		
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)				X	
Tiempo limitado para hacer el trabajo					X

4. Señala con qué frecuencia tuviste los siguientes síntomas o reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso. (Marca con una X)

REACCIONES FISICAS					
Síntomas	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)			X		
Fatiga crónica (cansancio permanente)		X			
Dolores de cabeza o migrañas			X		
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	X				
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.		X			
Somnolencia o mayor necesidad de dormir		X			
REACCIONES PSICOLOGICAS					
Síntomas	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)		X			
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)			X		
Ansiedad, angustia o desesperación		X			
Problemas de concentración		X			
Sensación de tener la mente vacía		X			
Problemas de memoria		X			
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad		X			
REACCIONES COMPORTAMENTALES					
Síntomas	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	X				
Aislamiento de los demás	X				
Desgano para realizar las labores escolares			X		
Absentismo de las clases	X				
Aumento o reducción del consumo de alimentos				X	

5. Señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo. (Marca con una X)

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)		X			
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas				X	
Tomar la situación con sentido del humor			X		
Elogios a sí mismo.	X				
Distracción evasiva			X		
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)				X	
Búsqueda de la información sobre la situación			X		
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)		X			

Muchas gracias por su colaboración.

ANEXO 4

CONSTANCIAS DE VALIDACIÓN



VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

EVALUADOR: MGS. LAURA MATILDE CRISTOBAL VALDEZ

PROFESIÓN: PSICÓLOGA

N° DE COLEGIATURA: 26083

INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: CENTRO DE SALUD MENTAL COMUNITARIO
UNIVERSITARIO DR. JESÚS VIRGILIO LÓPEZ CALDERÓN

CARGO QUE DESEMPEÑA: PSICÓLOGA

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Inventario SISCO para el Estrés Académico.

N°	INDICACIONES	CRITERIOS	PUNTUACION			
			1	2	3	4
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado				
2	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos				X
3	Objetividad	Esta expresado en conductas observables				X
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia				X
5	Organicidad	Existe organización lógica				X
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y cantidad				X
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea				X
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos				X
9	Metodología	Responde al propósito de la investigación				X
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación				X

4	Excelente (76% -	30 - 40
3	Bueno (51% - 75%)	22 - 32
2	Regular (26% - 50%)	11 - 21
1	Deficiente (01% - 25%)	00 - 10

RESULTADO: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Lugar y fecha: Huánuco, 18 de Octubre 2024




FIRMA SELLO DEL VALIDADOR



VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

EVALUADOR: MG. CECILIA ALEJANDRINA MANRIQUE ALOOCCER

PROFESIÓN: PSICOLOGA N° DE COLEGIATURA: 9831

INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

CARGO QUE DESEMPEÑA: DOCENTE UNIVESITARIA

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: *Inventario SISCO de Estrés Académico*

N°	INDICACIONES	CRITERIOS	PUNTUACION			
			1	2	3	4
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado				
2	Consistencia	Basado en aspectos técnicos científicos				X
3	Objetividad	Esta expresado en conductas observables				X
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia				X
5	Organicidad	Existe organización lógica				X
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y cantidad				X
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el Investigador desea				X
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos				X
9	Metodología	Responde al propósito de la Investigación				X
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la Investigación				X

4	Excelente (76% -	30 - 40
3	Buena (51% - 75%)	22 - 32
2	Regular (26% - 50%)	11 - 21
1	Deficiente (01% - 25%)	00 - 10

RESULTADO: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Lugar y fecha: Huánuco, 24 de octubre 2024

CECILIA ALEJANDRINA MANRIQUE ALOOCCER
PSICOLOGA
N.º DE COLEGIATURA: 9831

FIRMA/SELLO DEL VALIDADOR



VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

EVALUADOR: Mg. Ricardo Juan de Dios Sánchez
 PROFESIÓN: Psicólogo N° DE COLEGIATURA: 19687
 INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: Centro Emergencia Mujer
 CARGO QUE DESEMPEÑA: Especialista Social Comunitaria
 NOMBRE DEL INSTRUMENTO: _____

N°	INDICACIONES	CRITERIOS	PUNTUACION			
			1	2	3	4
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado				
2	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos				X
3	Objetividad	Esta expresado en conductas observables				X
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia				X
5	Organicidad	Existe organización lógica				X
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y cantidad				X
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea				X
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos				X
9	Metodología	Responde al propósito de la investigación				X
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación				X

4	Excelente (76% - 100%)	30 - 40
3	Bueno (51% - 75%)	22 - 32
2	Regular (26% - 50%)	11 - 21
1	Deficiente (01% - 25%)	00 - 10

RESULTADO: Aplicable / Aplicable después de corregir () / No aplicable ()

Lugar y fecha: Huánuco, 25 de ...10... 2024


 Mg. Ricardo Juan de Dios Sánchez
 PSICÓLOGO
 CPeP 19687

FIRMA/SELLO DEL VALIDADOR

ANEXO 5
AUTORIZACIÓN DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
EMBLEMÁTICA “DANIEL ALCIDES CARRIÓN” PARA
REALIZAR LA INVESTIGACIÓN

SOLICITO : PERMISO PARA
APLICAR UN INSTRUMENTO:
INVENTARIO DE SISCO(ESTRÉS
ACADEMICO) PARA MI TRABAJO DE
INVESTIGACIÓN CON SUS
ESTUDIANTES DEL 2DO ,3ERO Y 4TO
DE SECUNDARIA

DRA. MIRIAM SOLIS JULCA
DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA DANIEL ALCIDES CARRIÓN- PASCO

S.D.

Yo, Mercedes Emma Ureta Inocente estudiante egresada de la facultad de psicología de la universidad de Huánuco(UDH) con código 1201814022 y con DNI N° 04081646 con domicilio en Calle Esperanza N°476 distrito Miraflores Provincia Lima Region Metropolitana Lima. Solicité el permiso ,cómo estudiante egresada de la facultad de psicología de la UDH y habiendo realizado mis practicas preprofesionales en su I.E. con el debido respeto y observando el conducto regular me presento y expongo:

Qué me encuentro realizando mi trabajo de investigación en la carrera de psicología de la Universidad De Huánuco por tal motivo solicito permiso para aplicar mi instrumento INVENTARIO DE SISCO (ESTRÉS ACADEMICO) .para mi trabajo de investigación cuyo titulo es ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA DANIEL ALCIDES CARRIÓN PASCO-2024 con las estudiantes del 2do,3ero y 4to de secundaria.

Por lo expuesto a usted señora directora solicito acceder a mi solicitud favorablemente para un inicio y exitoso resultado que espero con su ayuda a alcanzar

Cerro de pasco 12/12/2024


Mercedes Emma Ureta Inocente
DNI 04081646



ANEXO 6
CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE INSTRUMENTO A LOS ESTUDIANTES



MINISTERIO DE EDUCACION
DIRECCION DE EDUCACIÓN PASCO
UNIDAD DE GESTION EDUCATIVA LOCAL-PASCO
INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA "DANIEL ALCIDES CARRIÓN" -
PASCO

La Directora de la Institución Educativa Emblemática "Daniel Alcides Carrión" del distrito de Chaupimarca de la Región Pasco, deja :

Que, la bachiller; Mercedes Enma URETA INOCENTE, ha aplicado en la Institución Educativa en rubro del nivel secundario con los grados del 2do, 3ero, y 4to el instrumento de investigación; el INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS, como parte del desarrollo de su tesis titulado "ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA "DANIEL ALCIDES CARRIÓN "PASCO-2024

Fecha: 13 de Diciembre del 2024

Muestra : 190 estudiantes

Chaupimarca , diciembre del 2024


I.E. EMBLEMÁTICA
"DANIEL ALCIDES CARRIÓN"
CERRO DE PASCO
PASCO
1943
Dra. Mónica Beatriz SAUZA
DIRECTORA

ANEXO 7

BASE DE DATOS EN EXCEL DEL INSTRUMENTO INVENTARIO SISCO CON LOS 31 ÍTEMS

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	
1		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
2	1	3	2	2	2	4	2	2	2	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	5	4	4	4	2	2	2	3	4	3	3	
3	2	1	2	1	1	1	3	2	1	2	4	3	4	2	2	4	2	4	4	3	3	2	1	2	4	2	3	4	3	4	4	3	
4	3	2	2	2	1	4	1	1	1	1	2	1	1	1	4	4	2	2	3	1	3	1	1	1	2	1	1	3	4	4	5		
5	4	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	5	5	5	4		
6	5	2	3	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	5	5	5	5	3	3	2	3	2	3	4	4	3	
7	6	2	4	3	3	2	3	2	2	3	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	3	2	1	2	2	1	3	3	2	3	
8	7	1	2	3	4	4	3	2	2	3	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	3	
9	8	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	4	4	2	3	1	2	2	2	3	2	2	1	5	4	5	5	
10	9	3	3	1	4	3	3	2	2	3	3	3	4	1	2	1	3	3	4	3	3	2	2	2	2	3	2	3	5	4	5	4	
11	10	2	4	2	4	1	2	3	4	2	1	1	3	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	3	2	4	2	
12	11	2	3	2	2	1	2	1	4	5	1	1	1	2	1	2	2	1	3	3	1	3	2	3	1	1	3	5	5	3	5	2	
13	12	1	3	1	3	3	3	3	3	3	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	1	2	
14	13	2	3	1	3	1	2	1	1	1	2	1	3	2	3	2	2	1	2	1	2	1	1	1	3	1	2	1	4	5	1	4	
15	14	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	
16	15	3	2	3	3	3	2	2	5	5	2	3	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	5	1	1	2	5	5	5	5	2	
17	16	1	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
18	17	2	3	4	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	
19	18	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
20	19	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
21	20	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
22	21	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	4	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
23	22	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
24	23	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
25	24	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
26	25	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
27	26	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2	4	2	3	4	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
28	27	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	
29	28	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	
30	29	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	
31	30	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
32	31	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
33	32	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
34	33	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
35	34	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	
36	35	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
37	36	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	
38	37	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	
113	112	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
114	113	1	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	4	3	3	4
115	114	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	4	2	2	1	4	4	4	2	
116	115	3	4	3	3	1	3	2	3	4	2	1	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	4	
117	116	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3
118	117	3	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	
119	118	2	2	2	3	3	3	4	4	4	1	3	3	1	1	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	4	5	5	5	
120	119	3	4	3	3	1	3	2	3	4	2	1	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	4	
121	120	3	5	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	
122	121	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	
123	122	4	2	2	3	3	3	4	4	4	1	3	3	1	1	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	4	5	5	5	
124	123	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	
125	124	3	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	
126	125	2	2	2	3	3	3	4	4	4	1	3	3	1	1	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	4	5	5	5	
127	126	2	3	4	3	4	3	3	2	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	
128	127	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	
129	128	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	
130	129	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	
131	130	2	3	4	3	4	3	3	2	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	
132	131	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	
133	132	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	4	3	3	4	
134	133	2	5	1	2	1	2	2	3	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	4	2	2	1	4	4	4	2	
135	134	3	4	3	3	1	3	2	3	4	2	1	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	4	
136	135	3	5	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	
137	136	1	4	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	
138	137	1	5	2	3	3	3	4	4	4	1	3	3	1	1	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	4	5	5	5	
139	138	3	4	3	3	1	3	2	3	4	2	1	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	4	
140	139	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	
141	140	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	
142	141	2	2	3	3	3	3	4	4	4	1	3	3	1	1	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	4	5	5	5	
143	142	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	
144	143	2	4	4	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	
145	144	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	
146	145	1	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	4	3	3	4	
147	146	2	2	3	2	1	2	2	3	4	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	4	2	2	1	4	4	4	2
148	147	3	4	3	3	1	3	2	3	4	2	1	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	4	
149	148	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	
150	149	1	4	3	4	1	1	1	2	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	
151	150	1	2	2	3	3	5	4	4	4	1	3	3	1	1	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	4	5	5	5	

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	
151	150	1	2	2	3	3	5	4	4	4	1	3	3	1	1	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	4	5	5	5	
152	151	3	4	3	3	1	3	2	3	4	2	1	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	4	
153	152	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	
154	153	2	1	3	1	1	5	1	2	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	
155	154	1	2	2	3	3	3	4	4	4	1	3	3	1	1	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	4	5	5	5	
156	155	2	3	4	3	1	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3		
157	156	2	3	4	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3		
158	157	2	3	4	3	1	3	3	2	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3		
159	158	1	3	2	3	3	5	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	4	3	3	4	
160	159	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	4	2	1	4	4	4	2		
161	160	3	4	3	3	1	3	2	3	4	2	1	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	4	
162	161	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	
163	162	4	1	3	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	
164	163	1	2	2	3	3	3	4	4	4	1	3	3	1	1	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	4	5	5	5	
165	164	3	4	3	4	1	3	2	3	4	2	1	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	4	
166	165	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	
167	166	3	1	3	4	4	5	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	
168	167	1	2	2	3	3	3	4	4	4	1	3	3	1	1	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	4	5	5	5	
169	168	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	
170	169	2	3	4	4	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	
171	170	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	
172	171	1	3	2	3	3	5	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	4	3	3	4	
173	172	2	2	1	4	4	5	2	3	4	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	4	2	2	1	4	4	4	2	
174	173	3	4	3	3	4	3	2	3	4	2	1	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	4
175	174	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	
176	175	4	1	3	4	4	5	1	2	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	
177	176	1	2	2	3	3	3	4	4	4	1	3	3	1	1	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	4	5	5	5	
178	177	3	4	3	3	1	3	2	3	4	2	1	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	4	
179	178	3	3	2	2	2	5	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	
180	179	4	3	1	4	4	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	
181	180	1	2	2	3	3	3	4	4	4	1	3	3	1	1	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	4	5	5	5	
182	181	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	
183	182	3	1	3	4	4	5	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	
184	183	2	2	3	3	3	3	4	4	4	1	3	3	1	1	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	4	5	5	5	
185	184	3	4	3	3	1	3	2	3	4	2	1	3	2	4	3	3	2	4	3	3	2	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	4
186	185	3	3	2	2	2	5	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	
187	186	4	3	1	4	4	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	
188	187	1	2	2	3	3	3	4	4	4	1	3	3	1	1	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	4	5	5	5	
189	188	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	
190	189	3	1	3	4	4	5	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	
191	190	2	2	3	3	3	3	4	4	4	1	3	3	1	1	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	4	5	5	5	
192																																	

ANEXO 8
CONSENTIMIENTO INFORMADO DE LOS PADRES DE
FAMILIA

CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación es conducida por Mercedes Enma Ureta Inocente bachiller en Psicología de la Universidad de Huánuco, autor (a) de la investigación titulada: “ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA DANIEL ALCIDES CARRIÓN PASCO - 2025”. Cuyo objetivo es Determinar la relación que existe entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco. Con el fin de optar el Título de Licenciado en Psicología.

Se firma el presente, habiendo accedido a participar en este estudio, conociendo los objetivos y fines de la investigación, y procediendo a desarrollar el instrumento denominado INVENTARIO SISCO PARA EL ESTRÉS ACADÉMICO.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria.

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Las respuestas son anónimas, por lo que no se está consignando los nombres ni apellidos en el instrumento.

Lugar y fecha: 13 de diciembre del 2024



Elva Jacinta Jesús Sergio
Presidenta de padres de familia

DNI : 41220623

Consentimiento informado de tutora del grado 2do 2 "E"



UNIVERSIDAD DE HUANUCO

ESCUELA ACADÉMICA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación es conducida por Mercedes Enma Ureta Inocente bachiller en Psicología de la Universidad de Huánuco, autor (a) de la investigación titulada: "ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA DANIEL ALCIDES CARRIÓN PASCO - 2025". Cuyo objetivo es Determinar la relación que existe entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco . Con el fin de optar el Título de Licenciado en Psicología.

Se firma el presente, habiendo accedido a participar en este estudio, conociendo los objetivos y fines de la investigación, y procediendo a desarrollar el instrumento denominado INVENTARIO SISCO PARA EL ESTRÉS ACADÉMICO.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria.

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Las respuestas son anónimas, por lo que no se está consignando los nombres ni apellidos en el instrumento.

Chaupimarca, 25 de setiembre del 2024


Mercedes Enma Ureta Inocente
Licenciada en Educación
Psicología - Huánuco
Tel. 098 422 111 - 0 1222

TUTORA 2^{do} E - 2024

Consentimiento informado de Estudiantes



UNIVERSIDAD DE HUANUCO ESCUELA ACADÉMICA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación es conducida por Mercedes Enma Ureta Inocente bachiller en Psicología de la Universidad de Huánuco, autor (a) de la investigación titulada: "ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA DANIEL ALCIDES CARRIÓN PASCO - 2025". Cuyo objetivo es Determinar la relación que existe entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco . Con el fin de optar el Título de Licenciado en Psicología.

Se firma el presente, habiendo accedido a participar en este estudio, conociendo los objetivos y fines de la investigación, y procediendo a desarrollar el instrumento denominado INVENTARIO SISCO PARA EL ESTRÉS ACADÉMICO.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria.

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Las respuestas son anónimas, por lo que no se está consignando los nombres ni apellidos en el instrumento.

Chaupimarca, 25 de setiembre del 2024

Yasmin Cielo Osorio Diego
"2E" - 2024



UNIVERSIDAD DE HUANUCO
ESCUELA ACADÉMICA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación es conducida por Mercedes Enma Ureta Inocente bachiller en Psicología de la Universidad de Huánuco, autor (a) de la investigación titulada: "ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA DANIEL ALCIDES CARRIÓN PASCO - 2025". Cuyo objetivo es Determinar la relación que existe entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco . Con el fin de optar el Título de Licenciado en Psicología.

Se firma el presente, habiendo accedido a participar en este estudio, conociendo los objetivos y fines de la investigación, y procediendo a desarrollar el instrumento denominado INVENTARIO SISCO PARA EL ESTRÉS ACADÉMICO.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria.

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Las respuestas son anónimas, por lo que no se está consignando los nombres ni apellidos en el instrumento. |

Chaupimarca, 25 de setiembre del 2024


Mercedes Enma Ureta Inocente
"E S" - 2024



UNIVERSIDAD DE HUANUCO

ESCUELA ACADÉMICA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación es conducida por Mercedes Enma Ureta Inocente bachiller en Psicología de la Universidad de Huánuco, autor (a) de la investigación titulada: "ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA DANIEL ALCIDES CARRIÓN PASCO - 2025". Cuyo objetivo es Determinar la relación que existe entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión Pasco . Con el fin de optar el Título de Licenciado en Psicología.

Se firma el presente, habiendo accedido a participar en este estudio, conociendo los objetivos y fines de la investigación, y procediendo a desarrollar el instrumento denominado INVENTARIO SISCO PARA EL ESTRÉS ACADÉMICO.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria.

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Las respuestas son anónimas, por lo que no se está consignando los nombres ni apellidos en el instrumento.

Chaupimarca, 25 de setiembre del 2024

Valentina Ariana Flores Casiano

"2.E" - 2024

ANEXO 9

Fotografías

Evidencias Fotográficas- Aplicación de instrumento a los Estudiantes





