

**UNIVERSIDAD NACIONAL “HERMILIO VALDIZÁN”**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA  
CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



---

**ESTRÉS ACADÉMICO Y FATIGA PANDÉMICA EN LOS  
ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA DE LA I.E “LA  
VICTORIA DE JUNÍN”, JUNÍN - 2022**

---

Línea de investigación: “DESARROLLO HUMANO Y SALUD PSICOLÓGICA”

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO (A) EN PSICOLOGÍA**

**TESISTAS:**

OROPEZA CONDOR SHERLY KATHERIN

REYES URBANO RICHER

SANDOVAL LEZAMETA BRIYIT MALU

**ASESORA:**

MG. CHAVEZ HUAMAN, ELIZABETH

**HUÁNUCO – PERÚ**

**2023**

## DEDICATORIA

A Dios y a mi padre Américo que desde lo alto guiaron mi camino.

A mi madre Celestina, claro ejemplo de perseverancia.

A mis hermanos Heedeygeer, Dante y David, por su apoyo incondicional.

A mi hijo Gunther, quien fue mi mejor compañía durante todo este proceso.

A todos ellos dedico la presente tesis, sinónimo de esfuerzo y dedicación.

*Sherly Katherin Oropeza Condor*

A Dios, mis padres y hermanos que siempre me brindaron su apoyo incondicional en mis estudios académicos.

*Richer Reyes Urbano*

A Dios por todas las bondades que me ha concedido en toda su plenitud.

A mi madre Lourdes y su esposo Víctor por sus consejos y el apoyo incondicional.

A mi hermana Nadia por la confianza y cariño.

Y a todos mis familiares por su compañía y buenos deseos para mi formación académica

*Briyit Malu Sandoval Lezameta*

## **AGRADECIMIENTO**

A la Mg. ELIZABETH CHAVEZ HUAMAN, asesora de la presente tesis de investigación, por sus sabios consejos y orientaciones brindadas durante todo el proceso que conllevó el desarrollo de este estudio.

A la I.E “La Victoria de Junín” y a los estudiantes que formaron parte de este estudio, por habernos brindado su tiempo y apoyo en la participación para poder llevar a cabo esta investigación.

*Los autores*

## RESUMEN

Este estudio titulado como: “ESTRÉS ACADÉMICO Y FATIGA PANDÉMICA EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA DE LA I.E LA VICTORIA DE JUNÍN, JUNÍN-2022”, que tuvo por objetivo: “Relacionar el estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín” Junín-2022”. La investigación fue de nivel descriptivo, de diseño correlacional, en una muestra de 113 estudiantes de ambos sexos del 1ro, 2do, 3ro, 4to y 5° grado del nivel secundario. Se aplicó como técnica el fichaje, la psicometría y la encuesta para la recolección de datos el “Inventario CISCO de Estrés Académico” y el “Cuestionario de Fatiga Pandémica”. El análisis estadístico de datos se efectuó con el programa estadístico software SPSS-2021 y la prueba de hipótesis se realizó con el coeficiente de correlación de Spearman con un  $p < 0.05$ . Los resultados evidenciaron que, en la variable estrés académico, un 64.6% (73) alcanzaron el nivel estrés moderado, seguido del estrés leve con un 21.2% (24) y un 14.2% (16) refirieron no tener estrés; respecto a la variable fatiga pandémica, un 67.3% (76) alcanzaron el nivel moderado, para el nivel bajo un 29.2% (33) y solo un 3.5% (4) para el nivel alto. Así también, en la prueba de hipótesis general, se encontró un sig. bilateral = 0,432 y Rho = ,075; en las pruebas de hipótesis específica 1: sig. bilateral = 0,013 y Rho = ,232; prueba específica 2: sig. bilateral = 0,000 y Rho = ,428 y en la hipótesis específica 3: sig. bilateral = 0,825 y Rho = -,021. Se concluye determinando que: “no existe relación significativa entre el estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E La Victoria de Junín- Junín-2022”.

**Palabras clave:** *Estrés académico, fatiga pandémica, estudiantes, nivel secundario,*

## ABSTRACT

This study entitled: "ACADEMIC STRESS AND PANDEMIC FATIGUE IN SECONDARY STUDENTS OF THE I.E LA VICTORIA DE JUNÍN, JUNÍN-2022", which had as objective: "Relate academic stress and Pandemic Fatigue in students of the secondary level Secondary school of the I.E "La Victoria de Junín" Junin-2022 ". The investigation was of a descriptive level, of a correlational design, of on samples a 113 student of both sexes from the 1st, 2nd, 3rd, 4th and 5th grade of the secondary level. The transfer technique psychometrics and the "CISCO Inventory of Academic Stress and the "Pandemic Fatigue Questionnaire" were applied as a technique . The statistical analysis of the data was carried out with the statistical software SPSS-2021 and the hypothesis test was carried out with the Spearman correlation coefficient with a  $p < 0.05$ . The results showed that, in the academic stress variable, 64.6% (73) reached the moderate stress level, followed by mild stress with 21.2% (24) and 14.2% (16) reporting not having stress; Regarding the pandemic fatigue variable, 67.3% (76) reached the moderate level, for the low level 29.2% (33) and only 3.5% (4) for the high level. Likewise, in the general hypothesis test, a sig. bilateral = 0.432 and Rho = 0.075; in testing specific hypothesis 1: sig. two-sided = 0.013 and Rho = .232; specific test 2: sig. bilateral = 0.000 and Rho = .428 and in specific hypothesis 3: sig. two-sided = 0.825 and Rho = -.021. Concluded: "there is no significant relationship between academic stress and Pandemic Fatigue in secondary level students of the I.E La Victoria de Junín-, Junín-2022".

**Keywords:** *academic stress, pandemic fatigue, students, secondary level.*

## ÍNDICE

<b>DEDICATORIA.....</b>	<b>ii</b>
<b>AGRADECIMIENTO .....</b>	<b>iii</b>
<b>RESUMEN .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>v</b>
<b>ÍNDICE .....</b>	<b>vi</b>
<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>viii</b>
<b>CAPÍTULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Fundamentación del problema de investigación .....	1
1.2 Formulación del problema de investigación general y específicos .....	5
1.3 Formulación del objetivo general y específicos .....	6
1.4 Justificación .....	7
1.5 Limitaciones.....	8
1.6. Formulación de Hipótesis General y Específica.....	9
1.7. Variables .....	10
1.8. Definición Teórica y operacionalización de variables.....	10
<b>CAPÍTULO II. MARCO TEORICO.....</b>	<b>12</b>
2.1. Antecedentes.....	12
2.2. Bases teóricas .....	18
2.3. Bases conceptuales o definición de términos básicos .....	35
2.4. Bases epistemológicas o bases filosóficas o bases antropológicas .....	36
<b>CAPÍTULO III. METODOLOGÍA .....</b>	<b>38</b>
<b>3.1. Ámbito .....</b>	<b>38</b>
<b>3.2. Población .....</b>	<b>40</b>
<b>3.3. Muestra.....</b>	<b>42</b>
<b>3.4. Nivel y tipo de estudio.....</b>	<b>43</b>
<b>3.5. Diseño de investigación.....</b>	<b>43</b>
<b>3.6. Métodos, técnicas e instrumentos .....</b>	<b>44</b>
<b>3.7. Validación y confiabilidad del instrumento .....</b>	<b>46</b>
<b>3.8. Procedimiento .....</b>	<b>51</b>
<b>3.9. Tabulación y análisis de datos.....</b>	<b>52</b>
<b>3.10. Consideraciones éticas .....</b>	<b>52</b>
<b>CAPÍTULO IV. RESULTADOS.....</b>	<b>53</b>

<b>CAPÍTULO V. DISCUSIÓN</b> .....	<b>66</b>
<b>CONCLUSIONES</b> .....	<b>69</b>
<b>RECOMENDACIONES O SUGERENCIAS</b> .....	<b>71</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	<b>72</b>
<b>Anexo 01. Matriz de consistencia</b> .....	<b>83</b>
<b>Anexo 02. Consentimiento informado</b> .....	<b>86</b>
<b>Anexo 03. Instrumentos</b> .....	<b>88</b>
<b>Anexo 04. Validación de los instrumentos</b> .....	<b>93</b>
<b>Anexo 05. Confiabilidad de los instrumentos</b> .....	<b>120</b>
<b>Nota bibliográfica</b> .....	<b>121</b>

## INTRODUCCIÓN

El estrés es una serie de respuestas biológicas que ponen al organismo en una situación de supervivencia. Esta estructura fisiológica de vigilancia es estimulada por numerosos estímulos, entre ellos la competencia, el exceso de trabajo y la presión económica o social. La estimulación alcanza un nivel de estrés "normal" y vuelve a su estado original cuando se detiene. Si esta condición persiste por mucho tiempo, pone en marcha una serie de cambios fisiológicos no agradables. (Torrades, 2007).

El estrés académico es un conjunto de síntomas fisiológicos normales cuando se enfrentan a diversos requisitos y responsabilidades universitarias, como el trabajo, las calificaciones y las exposiciones. Estos estímulos activan el sistema nervioso y potencian la respuesta del sistema para lograr resultados positivos. Sin embargo, ciertas situaciones, como actividades múltiples y sobrecargas de actividades, aumentan la capacidad de respuesta, lo que resulta en un rendimiento deficiente (Universidad de Chile, 2015).

La fatiga pandémica en 2020 fue algo especial ya que la pandemia de COVID-19 cambió el récord de tasas de fatiga en los últimos 15 años. En estudios realizados en 116 países basados en el Índice Emocional Global 2021, se encontró que estos niveles se han duplicado, con alrededor de 190 millones de personas experimentando fatiga significativa, de los cuales Perú lidera la lista con el 66%. La emoción dominante es el miedo a la enfermedad, la muerte y las consecuencias sociales del SARS CoV-2 (La Motte, 2021).

Este estudio se ejecutó bajo el propósito de: "Identificar la relación entre el estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la



I.E la Victoria de Junín-, Junin-2022”, y encontraron que su principal interés radica en tener un conocimiento actualizado sobre la problemática que surge en el escenario de aislamiento social forzado donde mostró niveles de estrés significativamente altos entre los estudiantes de las instituciones educativas; que tuvo un impacto significativo en su desempeño. El desarrollo de actividades virtuales de aprendizaje se ha catequizado como una de las causas primordiales de estrés y fatiga provocado por la pandemia.

Es así que se presenta este informe de tesis estructurado en cinco apartados: “capítulo I: estructurado por el problema de investigación; en el capítulo II: se compone por el marco teórico; en el capítulo III: metodología; capítulo IV: resultados; capítulo V: discusión de resultados. Para culminar se presentan las conclusiones, recomendaciones, referencias y Anexos”.

## CAPÍTULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

### 1.1 Fundamentación del problema de investigación

El estrés es un compañero privilegiado de la existencia humana ya que es considerado y encontrado en presencia de diversas situaciones que vive la persona en cada contexto. Para la Organización Mundial de la Salud (OMS, citado por Berrio y Mazo, 2011) lo define como: “una respuesta de activación fisiológica, emocional, conductual y cognitiva ante estímulos y eventos educativos” (p. 6).

Para Polo et al. (1996, citado en García, Pérez, Pérez B. y Natividad, 2011) el estrés académico es: “la respuesta general del individuo (emocional, fisiológica, cognitiva y conductual) ante cualquier estímulo estresante en interacción con el contexto educativo, y se presenta cuando el estudiante se enfrenta a los acontecimientos, que puede ser difícil de resolver” (p. 1).

Según Lázarus y Folkman et al. (1986, Citado por Caldera, Pulido y Martínez, 2007) mencionaron que: “el estrés tiene su origen en la interacción del individuo con el entorno, y los sujetos perciben la situación como amenazante y difícil de afrontar. Desde la etapa preescolar hasta la educación universitaria de posgrado. Esto se denomina estrés escolar y se presenta tanto en los estudios individuales como en las lecciones escolares” (p. 13).

Martínez y Díaz (2009) Consideran que el estrés escolar es histórico en las escuelas, porque se han presentado como malestares originados por elementos físicos y emocionales de carácter mutuo, interrelacionado o ambiental, que conlleva a ejercer una gran presión sobre la capacidad del estudiante para enfrentar las situaciones que se le presenten dentro de la escuela. (citado en Díaz y Gómez, 2015).

El estrés escolar también tuvo efectos opuestos en el aprendizaje del rendimiento de la memoria para mejorar o debilitar frente a la crisis (Sapolsky, 2013).

Barraza (2006), señala que este es un transcurso de ajuste que implica diferentes aspectos psicológicos, principalmente en 3 tiempos. Lo primero ocurre porque el campo académico es exigente, lo que los estudiantes ven como un factor estresante. Este momento resulta en una inestabilidad sistémica específica, manifestada a través de síntomas físicos, psicológicos y de comportamiento, y finalmente inestabilidad por estrategias de afrontamiento dirigidas a restaurar la estabilidad sistémica. Gran parte del estudiantado experimenta niveles altos de estrés académico originado por sus responsabilidades de cumplir con los compromisos académicos. En ocasiones experimentan sobrecarga de tareas o de trabajo y destacan que las evaluaciones de sus profesores, tutores y de su propio desempeño, a su vez, generan mucha ansiedad, puede ocurrir antes y durante los exámenes, más aún después de los exámenes, y puede llevar a malas notas en las materias (Luna, 2019).

Los estudiantes experimentan malestar manifestado en miedo, frustración, ira, apatía, aislamiento y conflicto cada vez que se enfrentan a las exigencias y desafíos que demandan grandes cantidades de recursos físicos y psicológicos para enfrentar este problema. El pensamiento reveló incompetencia, dificultad para resolver situaciones, subestimación de sí mismo y comportamientos diversos. Por supuesto, cada estudiante se presenta de manera diferente, por lo que es importante estar al tanto de todos estos manifestos. El entorno en el que interactúan los alumnos favorece el buen desarrollo social y los retos a los que se enfrentan las escuelas ante la ausencia de condiciones y normas apropiadas que faciliten la comunicación entre

los alumnos y las relaciones con los profesores, padres, familiares, la sociedad haciendo que el entorno puede reducir el estrés.

Por otra parte, la fatiga pandémica viene a ser tomado en cuenta por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) refiere que es una pérdida de voluntad para seguir los comportamientos de seguridad recomendados que ocurre gradualmente con el tiempo y está influenciada por una variedad de emociones, experiencias y percepciones, así como por el contexto social, la cultura, las estructuras y las leyes, esto ha afectado a la población y en especial a la población adolescente que estudia. Por esto se entiende de que la fatiga pandémica es la respuesta natural que se manifiesta en cansancio y agobio con la rutina que ha implicado la pandemia por lo cual trae por consecuencia cuadros de desesperanza, como la sensación de que no se va a terminar nunca, ansiedad, soledad, entre otras cosas. La emergencia sanitaria en el Perú, dejó muchos escolares estudiando de manera remota, para ello se implementó la educación virtual en centros de estudios estatales y privados, por medio tecnológicos como los son la radio, televisión e Internet (Calvera, 2020). Para reincorporación a las clases presenciales debido a esto es muy importante la actitud que una persona debe mantener con esperanza por reanudar las actividades escolares con normalidad (Droguett, 2021).

Martínez y Díaz (2009). Indicaron que en el contexto socioeducativo los conflictos que los estudiantes puedan experimentar en sus actividades académicas en el interior de las aulas, relación entre pares y hacia los maestros y desde luego su interacción fuera de las aulas con amigos, padres y familiares, conllevan a obtener logros a corto, mediano y largo plazo, y se entiende que en la adolescencia se necesita del contacto y de las interacciones sociales como parte de su desarrollo como

personas, sin embargo, la fatiga pandémica hace que estos adolescentes tengan reacciones de aislamiento y miedo de interactuar con sus amigos, y si lo hacen están cansados de usar las mascarillas, además muestra síntomas como no poder dormir, tiene sensación de inseguridad, y poca concentración en horas de clase, pues la mayoría del tiempo están pensando en que ellos se pueden contagiar.

Además, si bien ha sido difícil conceptualizar el estrés académico a nivel mundial, una encuesta realizada en Canadá entre estudiantes de secundaria que enfrentaron situaciones estresantes previas al examen encontró que el 58% tenía lo que ellos llamaron "ansiedad ante el examen". Otro estudio realizado en siete escuelas, utilizando un cuestionario que mide actitudes y comportamientos relacionados con el estrés, mostró que el 54 % de los estudiantes se sienten estresados por numerosos contextos de índole escolar (citado en Maturana y Vargas, 2015).

Perú, por su parte, conserva trabajos relacionados con el estrés académico durante emergencias sanitarias. En el estudio, titulado Estrés académico en estudiantes de último año en dos instituciones durante la pandemia de COVID-19, 42 % estudiantes se sintieron abrumados y estresados con mayor frecuencia con sus labores y trabajos escolares, y más del 20% creía que sus habilidades cognitivas estaban deterioradas y que tal evidencia era inadecuada que esto genera estrés en el contexto de emergencias de salud pública (Palacios y Taipe, 2020).

Durante el año 2022 los estudiantes retomaron sus clases presenciales para lo cual esta investigación se llevó a cabo en la provincia de Junín, ya que se evidenció adolescentes en la institución educativa que no quisieron usar las mascarillas, que entre ellos sintieron la necesidad de contacto y esto hace que tengan conductas de

riesgo, en ello se cuenta con la aparición del estrés académico y fatiga pandémica, problemática que se atendió de la mejor manera, por lo que nos llevó a plantear lo siguiente:

La pandemia de COVID-19 ha tenido un impacto global sin precedentes en la salud pública, la economía y la vida cotidiana de las personas. El agotamiento y el estrés relacionados con la pandemia son cuestiones de gran relevancia en la actualidad y requieren una evaluación adecuada. Se consideró el uso del cuestionario de agotamiento pandémico por ser una herramienta, valiosa para comprender y abordar los efectos psicológicos de la pandemia de COVID-19 tanto a nivel individual como a nivel comunitario. Su uso proporciona información esencial que puede contribuir a la toma de decisiones informadas y a la mejora de la atención de la salud mental en tiempos de crisis como la que hemos experimentado

## **1.2 Formulación del problema de investigación general y específicos**

### **1.2.1. Problema general**

¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I. E. “La Victoria de Junín”, Junín -2022?

### **1.2.2. Problemas específicos**

- A. ¿Cuáles son los datos sociodemográficos de los estudiantes del nivel secundaria de la I.E. “La Victoria de Junín”, Junín-2022.?
- B. ¿Cuáles son los niveles del estrés académico en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E. “La Victoria de Junín”, Junín-2022?

- C. ¿Cuáles son los niveles de las dimensiones del estrés académico de los estudiantes del nivel secundaria de la I. E. “La Victoria de Junín”. Junín 2022?
- D. ¿Cuáles son los niveles de la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E. “La Victoria de Junín”, Junín-2022.?
- E. ¿Cuál es la relación entre los estresores del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E. “La Victoria de Junín”, Junín - 2022?
- F. ¿Cuál es la relación entre los síntomas del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E. “La Victoria de Junín”, Junín-2022?
- G. ¿Cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E. “La Victoria de Junín”, Junín-2022?

### **1.3 Formulación del objetivo general y específicos**

#### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar la relación entre el estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín” Junín-2022.

#### **1.3.2. Objetivos específicos**

- A. Identificar los datos sociodemográficos de los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.
- B. Establecer los niveles del estrés académico en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.

- C. Describir los niveles de las dimensiones del estrés académico de los estudiantes del nivel secundario de la I. E. “La Victoria de Junín”. Junín 2022.
- D. Identificar los niveles de la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.
- E. Analizar la relación entre los estresores del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E. “La Victoria de Junín”, Junín-2022.
- F. Analizar la relación entre los síntomas del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.
- G. Analizar la relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E. “La Victoria de Junín”, Junín-2022.

#### **1.4 Justificación**

1. **Teórico:** Se realizó una revisión teórica de las variables con la finalidad de contribuir e incrementar la información sobre “el estrés académico y fatiga pandémica” que podrán ser utilizados como antecedentes locales o nacionales en futuros investigaciones.
2. **Práctico:** Así también, la presente investigación se justifica en este aspecto porque los resultados obtenidos permiten identificar y aportar un conocimiento actualizado de la relación entre las variables estudiadas, por ejemplo, programas



de intervención, prevención o promoción contra el estrés académico o propuestas de políticas educativas en relación al estrés académico y fatiga pandémica.

3. **Metodológico:** Por último, también se justifica a nivel metodológico porque se emplearon instrumentos estadísticamente válidos y confiables, constituyéndose como instrumentos que podrán ser usados en otras investigaciones a fines a nuestra investigación.

### **1.5 Limitaciones**

Las condiciones presentadas en este estudio se relacionaron con los limitados antecedentes regionales que se revisaron en las universidades de la región Junín sobre “estrés académico y fatiga pandémica”, por lo que se revisó repositorios de universidades y plataformas de pago o suscripción, para ampliar antecedentes internacionales y nacionales.

Por otra parte, también se consideró como limitación la disponibilidad de tiempo que nos brindó la institución que formó parte de esta investigación; así también la poca disposición de los progenitores para que los alumnos puedan asistir a las sesiones presenciales para aplicar el instrumento, debido al covid-19. Estos fueron superados mediante documento presentados solicitando permiso a la dirección y cumpliendo con las normativas sobre las restricciones sociales vigentes dictaminadas por el estado peruano.

## 1.6. Formulación de Hipótesis General y Específica

### 1.6.1. Hipótesis general

Hi: Existe relación significativa entre el estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junin-2022.

Ho: No existe relación significativa entre el estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín - 2022.

### 1.6.2. Hipótesis específicas

**Hi1:** Existe relación significativa entre los estresores del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín - 2022.

**Ho1:** No Existe relación significativa entre los estresores del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín - 2022.

**Hi2:** Existe relación significativa entre los síntomas del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín - 2022.

**Ho2:** No Existe relación significativa entre los síntomas del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín - 2022.

**Hi3:** Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín - 2022.

**Ho3:** No existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín” Junín - 2022.

## 1.7. Variables

**1.7.1 Variable 1:** Estrés académico

**1.7.2 Variable 2:** Fatiga pandémica

## 1.8. Definición Teórica y operacionalización de variables

**Tabla 1**

*Definición teórica y operacionalización de variable 1 y variable 2*

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Instrumento
Variable 1 “Estrés Académico”	Es un proceso sistemático que se manifiesta de manera adaptativa y psicológica cuando los estudiantes están expuestos a una variedad de tareas y responsabilidades que se consideran estresores (Barraza, 2007).	Se entiende por estrés académico, las respuestas a los estresores tales como la competencia entre compañeros, trabajos académicos, las evaluaciones y la complejidad de los temas, y el carácter del docente. Asimismo, los síntomas se entenderán como reacciones físicas como, por ejemplo, insomnio, pesadillas, dolores de cabeza, dolores abdominales, entre otros, reacciones psicológicas como lo son decaimiento, ansiedad, incapacidad de relajarse y concentración, de igual forma las reacciones comportamentales, como lo son los conflictos, el	Estresores  Síntomas  Estrategias de afrontamiento	Respuestas a la pregunta N° 3 del “Inventario SISCO”  Respuestas a la pregunta N° 4 del “Inventario SISCO”  Respuestas a la pregunta N° 5 del “Inventario SISCO”	“Inventario CISCO de Estrés Académico”

---

aislamiento, el desgano y reducción del consumo de alimentos. Finalmente se considera también las estrategias de afrontamiento que involucra las habilidades asertivas, elaboración de tareas, elogios, religiosidad y verbalización de la situación que los preocupa.

---

Variable 2 Fatiga Pandémica	Es la desmotivación de la población para cumplir con los comportamientos protectores y las medidas de seguridad recomendadas y además plantea una seria amenaza a los esfuerzos nacionales para controlar la propagación y efectos del virus.	El agotamiento pandémico se entenderá de acuerdo a los puntajes del cuestionario adaptado que le permitirá identificar niveles como el alto, medio y bajo. Se identificará la percepción de riesgo, la desmotivación y las razones para no seguir con las restricciones que viene a ser reacciones frente a situaciones no resultas a las recomendaciones y restricciones del estado en el ámbito educativo.	Percepción de Riesgo	- Las practicas saludables de bioseguridad en contexto de pandemia. (lavado de mano distancia social, uso de mascarilla, otros)	Cuestionario de fatiga Pandémica MAG (Adaptado)
	Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020).		Desmotiva- ción	- Apatía - Profundo cansancio físico y mental - Gran falta de energía	
			Razones para no seguir con las restricciones	- Estrés - Irritabilidad - Nostalgia	

---

Nota: Elaboración propia

## **CAPÍTULO II. MARCO TEORICO**

### **2.1. Antecedentes**

#### **2.1.1. Internacional**

Kloster y Perrotta (2019), realizaron una investigación, cuyo propósito fue: “analizar el estrés académico y las estrategias de afrontamiento de los estudiantes”; incluyó a 163 estudiantes universitarios de 17 a 38 años a los que se le administraron el “Inventario de Estrés Académico de Cisco”. Los resultados encontrados confirman que el estudiantado en general presenta un estrés académico “moderado” y no existen diferencias “significativas”. Sin embargo, se encontró que estudiantes de primer año tienen niveles más “altos” de estrés académico que en los últimos años. En particular, se puede afirmar que los estudiantes de último año utilizan “estrategias de afrontamiento” con más frecuencia que los estudiantes de primer año.

Díaz y Pacheco (2020), realizó un estudio en donde se plantearon: “conocer los factores generadores de estrés académico en los estudiantes de los grados décimo y undécimo de la Institución Currulao”; utilizaron el enfoque cualitativo. Como resultado se concluyó que: “la sobrecarga de trabajos y la mala distribución del tiempo son las principales generadoras de estrés académico, generando así señales negativas, como la disminución de la atención, falta de concentración, lo que genera una desventaja frente a su rendimiento académico”. Así mismo se identificó una presión significativa de los padres hacia sus hijos al tener altas expectativas en su desempeño académico, lo cual les ocasiona estrés.

Clemente (2021), buscó: “determinar la relación entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes de enfermería”. De estudio descriptivo, comparativo y correlacional, realizado en una muestra de 275, utilizando el “Inventario de Estrés Académico (SISCO)” y el “Inventario de Ansiedad de Beck”. Se encontró que el 91,6% de los participantes informó que experimentó estrés durante los períodos de exámenes, la mayoría la calificó como moderada, al igual que la ansiedad, donde el 85,5% dijo sentirla. Concluyendo que: “cuanto mayor es el estrés académico, mayor es la ansiedad”.

Altabas (2021), su investigación consistió en: “identificar los tipos de conflicto más comunes entre los adolescentes en la educación secundaria obligatoria”. Tuvo como muestra 577 estudiantes. Hizo uso del “Inventario de Estrategias de Afrontamiento”. En base a los resultados se llegó a la conclusión de que: “las diferentes formas de conflictos que se manifiestan en los centros educativos de este estudio indican la falta de estrategias adecuadas”.

Palomo (2021), el objetivo de su estudio fue: “utilizar la Escala de Estrés Académico para medir el nivel de estrés académico que afecta más negativamente a los estudiantes universitarios”. Su muestra: 751 estudiantes. Se encontró que la sobrecarga académica, sobrecarga de trabajo, falta de metodología adecuada, exámenes o evaluaciones realizadas por los docentes, sobrecarga de horarios de trabajo que más afectan a los estudiantes identificar las circunstancias a dar. Por ello, se analizaron las principales causas del estrés de los estudiantes, nivel de estrés 58, sobrecarga 61%, proceso educativo 70%, las variables de evaluación de las dificultades sociales no arrojaron resultados contundentes, la mitad de los estudiantes no consideró este factor de estrés.

### 2.1.2. Nacional

De La Pena (2018), realizó un estudio cuyo propósito fue “determinar la relación entre el estrés escolar y la agresión en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas privadas y estatales de Punta Negra”. La población estuvo conformada por 302 niños y adolescentes de ambos sexos. de metodología no experimental y de diseño descriptivo correlacional. Se utilizaron el “Cuestionario de Agresión de Buss y Perry (AQ)” y el “Cuestionario de Estrés Académico SISCO”. Se concluyó que: “existe una asociación positiva entre el estrés académico de los estudiantes y la agresión. Mirando la agresión por género, hay más hombres, más estudiantes de secundaria por edad y un alto porcentaje de agresión en cuarto año de secundaria por nivel educativo”.

Escajadillo (2019), buscó: “esclarecer la relación entre el estrés académico y los hábitos de estudio de estudiantes de cuarto grado de la I.E. Hermán Busse de la Guerra 2095”. De enfoque cuantitativo, de diseño no experimental. La muestra fue de 149 a los que se les aplicó el “Cuestionario de Inventario de Estrés Académico de Cisco” y el “Inventario de Hábitos de Estudio Casm 85”. Como conclusión se encontró: “una asociación estadística significativa ( $Rho = 0.840$ ) entre las variables, indicando una asociación entre la variable estrés de estudio y hábitos de estudio”.

Oroya y Rodríguez (2019), realizaron su investigación para: “determinar la relación entre el estilo de vida y el estrés académico entre los estudiantes de psicología”. El estudio fue de diseño descriptivo-correlativo,

método no experimental y nivel de correlación. Se tomó una muestra de 182 estudiantes. Los instrumentos utilizados fueron: “Cuestionario de Estilo de Vida Saludable e Inventario de Estrés Académico SISCO”. En conclusión se determinó que: “existe una alta y significativa correlación entre el estilo de vida y el estrés entre los estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Hermilio Valdizán. Es decir, cuanto menor es la difusión de un estilo de vida saludable, mayor es la presión de estudiar”.

Díaz, Gonzales y Jumpa (2021), realizaron un estudio con el propósito de “investigar la asociación entre el estrés académico y el aprendizaje de cursos de inglés en el 3er año de la I.E. Horacio Zeballos Games”. Este estudio tuvo un enfoque cuantitativo de carácter descriptivo-correlacional, con el objetivo de describir situaciones y eventos. Y respondió a las preguntas planteadas como tareas de investigación y logró el propósito de su trabajo. Detalló un cuestionario dirigido a una muestra de 8 estudiantes de tercer año, el proceso de validez y confiabilidad del instrumento y el manejo de los datos. Se encontró un  $\rho = 0,722$  y un  $p\text{-valor} = 0,000$ . Una de las conclusiones más llamativas fue: “que la carga académica de los resultados de aprendizaje de los estudiantes de tercer año se dice que es moderada y tiende a ser inadecuada”.

Alfaro y Castro (2020), realizaron su investigación cuyo objetivo fue: “Identificar el nivel de estrés académico en los estudiantes del cuarto grado del nivel secundario de la I.E. Inmaculada Concepción”. De tipo descriptivo y no experimental. La muestra fue de 110 estudiantes. Se aplicó el “Inventario de Estrés Académico (SISCO)”. Se concluyó estableciendo que: “el nivel de estrés académico en los estudiantes es severo con un 50%., siendo los



estresores de: sobrecarga de tareas (88.2%). Respecto a los síntomas: Fatiga crónica (65.5%), depresión (70%) y comportamentales (62.7%). En cuanto a las estrategias de afrontamiento: concentrarse en resolver la situación (86%) y Habilidad asertiva (77.3%)”.

Quispe (2022), se propuso: “determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública, Cusco 2021”. Metodología: de diseño descriptivo simple y no experimental. Se empleó el “Cuestionario de estrés académico SISCO”. Muestra: 96 alumnos. Hallazgos: respecto al “estrés académico” que el 59% tiene un “nivel moderado”, el 21% “nivel alto” y un 20% un “nivel bajo”. Asimismo, en la dimensión “estresores” se produjo un “nivel alto”, con un 48%, en la dimensión “síntomas” se registró un “nivel moderado” con un 40% y en la dimensión “estrategias de afrontamiento al estrés” un 53% evidenció un “nivel moderado”.

Revilla y Soto (2021), su indagación fue: “Determinar la relación que existe entre el nivel de estrés académico y los requisitos de autocuidado en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Trujillo, en contexto Covid-19” Metodología: Descriptivo – correlacional y de corte Transversal. La muestra fue 68 estudiantes del séptimo ciclo de enfermería. Herramientas: Fueron dos pruebas de tipo Likert. En cuanto a los hallazgos: el 7.4% presenta “nivel de estrés bajo”, el 10.3% “nivel de estrés alto” y el 82.4% “medio”; por otro lado, el 23.5% presentó “inadecuados requisitos de autocuidado” y en el 76.5% fueron “adecuados”. Conclusiones: “Existe relación significativa

inversa al 1% entre el nivel de estrés académico y los requisitos de autocuidado”.

Dancour (2022) objetivo fue: “Determinar la relación que existe entre el bienestar psicológico y el estrés académico en estudiantes de una universidad privada de Lima-Sur.” Muestra: 227. Herramientas: “Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A)” y el “Inventario SISCO SV de Estrés Académico”. Respecto a los datos hallados muestra que hay una relación significativa e inversa entre las dos variables, es decir que, a mayor bienestar psicológico, menor será el estrés académico y viceversa. Asimismo, el estrés académico fue percibido en un 68.7% en niveles moderados, mientras que el bienestar alcanzó niveles altos en un 58.6%.

### **2.1.3. Regional**

Lazo y Samaniego (2021), realizaron un estudio dirigido a: “esclarecer la relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes de instituciones públicas de la provincia de Junín”. Utilizaron métodos deductivos hipotéticos, tipos base, niveles relacionales, diseños descriptivos relacionales y diseños no experimentales, y procesaron una muestra no probabilística de 100 estudiantes. Hicieron uso de la “Escala de Autoestima de Coopersmith para Adultos de SEI” y el “Inventario de Estrés Académico de SISCO”. Los resultados encontrados fueron una rho Spearman = 0.378, y encontraron una correlación inversa débil entre la autoestima y el estrés académico en estudiantes de instituciones públicas de Junín, 2021.

Palacios y Taipe (2020), realizaron una investigación con la finalidad de: “establecer las diferencias significativas en el nivel de estrés académico en los adolescentes durante la pandemia COVID-19 de dos instituciones educativas de la región Junín, 2020”. De estudio tipo básica, descriptivo y diseño no experimental comparativo. Se utilizó el “Inventario SISCO del estrés académico”. Los resultados evidenciaron que: “la existencia de diferencias significativas entre el estrés académico en los adolescentes durante la pandemia COVID-19 donde las mayores frecuencias son en la I.E. Alfonso Ugarte en el nivel alto con el 44,4% mientras en el I.E. Ágora el 44,4%”.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1 Estrés Académico**

#### **2.2.1.1. Estrés**

Es uno de los problemas de “salud mental” más frecuentes que surge de la relación entre las personas y su entorno o eventos en su entorno que no son tratados adecuadamente.

El Diccionario de la Real Academia Española lo define como la tensión provocada por escenarios excesivos el cual genera reacciones psicosomáticas o, en ocasiones, “trastornos mentales graves”.

Debido a que el estrés afecta el aprendizaje y el rendimiento académico de los estudiantes, el estrés se ha convertido en un tema de interés para los investigadores del comportamiento humano en todo el mundo.

Este puede también ser definido también como un proceso cuyo inicio se origina por el conjunto de exigencias del medio externo que recibe una persona, a las cuales debe adaptarse y activar sus recursos de afrontamiento.

Para Selye (1956), considerado el padre de la investigación sobre el estrés lo define como: La respuesta adaptativa del organismo a diversos tipos de estrés. Él mismo describió tres etapas de adaptación al estrés: alarma de reacción, fase de adaptación y fase de agotamiento".

Las contribuciones de Selye ayudaron a explicar el comportamiento del cuerpo humano ante el estrés. Estas contribuciones abrieron el camino para pensar en algunos de los factores del estado de estrés y facilitaron la definición del estrés.

Martínez y Díaz (2007), en su artículo Un enfoque psicosocial de la escuela, destacan que el estrés está en un gran porcentaje de las actividades y contextos en los que se desenvuelve una persona. Explico que no toda actividad o contexto genera estrés, sino que todo depende de las circunstancias en las que se desarrolla la actividad del sujeto.

Lázarus y Folkman (1986), definen el concepto de estrés según la relación entre la persona y el contexto en el que se sitúa. El estrés es el resultado de que una persona no tenga las herramientas o

mecanismos para enfrentar la realidad en la que se encuentra, poniendo en riesgo su bienestar mental.

Witkin (2000), en su estudio sobre el estrés infantil, señaló que los centros de estudios estresan a los niños ya que en estos centros genera competencia no solo en las clases, sino también entre compañeros los cuales se dan mediante las actividades académicas y a esto se suma la aprobación o desaprobación de los padres con respecto a los resultados de su desempeño como estudiante, ocasionando esto al desarrollo del estrés.

#### **2.2.1.2 Tipos de estrés**

Según los datos obtenidos de la American Psychological Association podemos identificar tres tipos de estrés:

**Estrés agudo.** Aparece del pasado reciente y de la demanda futura esperada. Un nivel extremo de este es considerado aburrido y divertido en pequeñas dosis, pero cuando es demasiado, es agotador. Exagerar este tipo de estrés puede convertirse en ansiedad, que puede manifestarse como ira o rabia, ansiedad y depresión y apariciones de síntomas como: “dolores de cabeza y de estómago y otros síntomas físicos”.

**Estrés agudo episódico.** El estrés agudo episódico afecta a las personas en muchas áreas de la vida. Los síntomas de estrés agudo episódico son más duraderos. Estos incluyen dolores de cabeza por tensión persistentes, migrañas, presión arterial alta, dolor en el pecho y

enfermedades del corazón. Su tratamiento requiere intervención a varios niveles con ayuda profesional, lo que puede prolongar el tiempo de tratamiento.

**Estrés crónico.** En ocasiones son originados por experiencias traumáticas de la niñez y permanecen internalizadas y persistentes en la personalidad. Nace una visión falsa de la realidad o un sistema de creencias, lo que crea un estrés interminable en una persona. Es importante obtener ayuda profesional para transformar este sistema de creencias y personalidad.

Sus consecuencias son graves, por ejemplo: suicidio, violencia, infarto. Hay agotamiento físico y mental hasta llegar a un colapso nervioso final y fatal. Los síntomas son difíciles de tratar y pueden requerir atención médica, psicoterapia y ayuda para controlarlo.

### 2.2.1.3. Fases del estrés

Selye (1956, citado por Camargo, 2010), llamó al estrés como el “Síndrome General de Adaptación (SGA)” y lo específico en 3 fases:

- a) **Alarma de reacción.** Ocurre cuando el cerebro reconoce un estímulo de estrés y en respuesta, se liberan hormonas como transductores de señales que están directamente involucradas en las funciones corporales.
- b) **Fase de adaptación.** Comienza cuando el cuerpo está expuesto a amenazas físicas, químicas, biológicas o sociales, por lo que se toman contramedidas contra el atacante para compensar.

- c) **Fase de agotamiento.** Empieza con el deterioro de las capacidades que el cuerpo empleó para hacer frente a las amenazas y mantener el equilibrio (Sánchez, 2010).

#### **2.2.1.4. Estrés Académico**

Barraza (2007), menciona que es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta en estudiantes con problemas académicos y obligaciones, los cuales se consideran como estresores académicos.

García (2004, citado por Chacón et. al 2019), mencionan que este tiene su fundamento en los “procesos cognitivos y afectivos”, es por eso que el estudiante, es vulnerable hacia los estresores académicos que se presentan durante el tiempo académico.

Martínez y Díaz (2007), definen el estrés académico como el malestar del alumno por factores físicos, emocionales o ambientales que pueden manifestarse claramente en la necesidad del individuo de afrontar las condiciones escolares.

El estrés escolar o académico puede afectar al estudiante en su rendimiento académico, habilidades para resolver problemas, relacionarse de manera adecuada con sus compañeros y profesores, búsqueda de reconocimiento e identidad, habilidad de relacionar lo teórico con lo práctico.

El estrés académico es la presión que experimenta una persona durante el período de educación desde el preescolar hasta los estudios de posgrado, tanto en los estudios individuales como en las clases escolares.

Berrío y Mazo (2011), mencionan que en el contexto académico. Los estudiantes experimentan el estrés académico, por cumplir la responsabilidad con sus obligaciones académicas, en ocasiones experimentan la sobrecarga de trabajos en las diferentes asignaturas, evaluaciones por parte de los docentes, de sus progenitores, y su desempeño sobre ellos mismos, les genera mucha ansiedad. El estrés académico puede repercutir en las diferentes responsabilidades académicas, como el bienestar físico y mental en el alumnado.

#### **2.2.1.4.1. Estresores Académicos**

Demandas o exigencias que los estudiantes experimentan cotidianamente en su ámbito escolar, los estudiantes realizan una valoración sobre sus propias capacidades para ejecutar sus tareas y realizarlas con éxito. Gálvez, Martínez y Martínez (2015), mencionan que las actividades de nuestra vida diaria pueden provocarnos sensaciones agradables o de tensión y esta última la denominamos estresores que nos exigen un grado de adaptación permanente logrando así lidiar con sus consecuencias. Por la cual Slipak y Hernández (2007),



describen en su investigación sobre los estresores en secciones como:

**Estresores individuales:** Estos se deben a los problemas que todos podemos enfrentar, por ejemplo, terminar la escuela, secundaria e ingresar a un grado superior y esto resulta estresante debido a la suficiencia de las habilidades y aptitudes que se necesitan para cumplir con los requisitos de ingreso (itinerario empleado dentro y fuera de las clases para realizar tareas, etc.), ajustándose a los cambios en la escuela, la universidad, profesores y compañeros, o la ambigüedad de instrucciones o información, porque dificultan la comprensión y amenazan el mantenimiento y uso de los recursos personales, por ende el logro de la meta.

**Estresores grupales:** Se refieren a una organización influenciada por las relaciones entre los miembros del grupo, afectando la autorrealización de estos, la responsabilidad y el desenvolvimiento laboral, a través de los cuales forma preferencias, creencias, cambio de actitudes y principios de personas inmersas en el contexto educativo, esto es a estudiantes, profesores y administradores.

#### **2.2.1.4.2. Síntomas:**

La referencia subjetiva u objetiva dada por una persona que perciben como anormales o causadas por una

condición patológica o enfermedad. Según Barraza (2006), los síntomas del estrés académico se caracterizan por síntomas físicos, psicológicos y comportamentales como: Irritabilidad, inestabilidad emocional, dificultad para concentrarse, estado de alerta, tensión emocional o falta de atención, fatiga, desvelos y/o pesadillas, taquicardia, boca seca, sudoración y anorexia.

Los síntomas que Barraza (2005) describió, se pueden dividir en los siguientes:

**Síntomas físicos:** Dolor de cabeza, cansancio persistente o crónico, presión arterial alta, problemas gastrointestinales, disfunción eréctil, dificultad para conciliar el sueño o mantenerse dormido, dolor de espalda, resfriado y quejas recurrentes, disminución de la lívido, transpiración excesiva, inflamación vaginal, incremento o disminución de peso y convulsiones nerviosas.

**Síntomas psicológicos:** Ansiedad, sentirse abandonado, irritabilidad, vacilación, baja autoestima, inquietud, inutilidad, desinterés, desesperanza, percepción negativa de sí mismo, depresión durante la mayor parte del día, falta de entusiasmo, sentirse fuera de control, pesimismo sobre la vida, autoimagen negativa, sensación de soledad la mayor parte del día, preocupación excesiva, dificultad para

concentrarse, sentimientos de tristeza, inseguridad y desánimo.

**Síntomas comportamentales:** Fumar excesivamente, olvidos frecuentes, aislamiento, conflictos frecuentes, poco esfuerzo para cumplir con las propias responsabilidades, desgana, dificultad para asumir responsabilidades, aumento o disminución de la alimentación, desinterés por la propia persona e indiferencia hacia los demás.

Cuando aparecen estos síntomas, una persona debe tomar medidas para restablecer el equilibrio en todo el cuerpo. Pero antes de que podamos actuar, primero debemos hacer una segunda evaluación de las posibles formas de satisfacer las demandas de nuestro entorno. Esta segunda valoración le orienta para determinar la estrategia de afrontamiento más adecuada a las exigencias que tiene que afrontar.

#### **2.2.1.4.3. Estrategias de afrontamiento del estrés.**

En 1986, la propuesta de Lázarus y Folkman definen el afrontamiento del estrés desde una perspectiva cognitivo sociocultural, como los “esfuerzo cognitivos y conductuales constantemente cambiantes, que se desarrollan para emplear las demandas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (Citado por Amaris, Madariaga et al (2013).

Cuando una persona adquiera mayores mecanismos o recursos positivos la probabilidad de afrontar el estrés será superior, además de ser el más ejecutivo en la resolución de las condiciones desencadenantes, proporciona regulación emocional.

Las estrategias de afrontamiento pueden ser permanentes o sólidos que otras, de acuerdo con la situación estresante, puesto que el afrontamiento depende del contexto en que se encuentra la persona. Sandín (1995) mencionado por Lázarus y Folkman formularon ocho estrategias de afrontamiento: confrontación, distanciamiento, autocontrol, búsqueda de apoyo social, asunción de responsabilidad, evitación, planificación para la resolución de problemas y reevaluación positiva. Los dos últimos se asociaron con resultados positivos. (citado en Berrío y Mazo, 2011, p. 13)

Burgos, et al, (2000). El afrontamiento es la capacidad de hacer frente a situaciones que pueden causar estrés en cualquier persona y tratar de tolerar, reducir, aceptar o ignorar lo que está más allá de la propia capacidad a través de las acciones, pensamientos, sentimientos y emociones con las que la persona está lidiando a la hora de afrontar la situación estresante. Por tanto, el afrontamiento es uno de los recursos psicológicos o psicosociales que utiliza una persona ante situaciones estresantes.

Martínez y Díaz (2007) afirman que uno de los factores inductores de estrés es el ambiente escolar. Esto ocurre en ausencia de condiciones y reglas apropiadas que permitan a los estudiantes desarrollar una socialización saludable que mejore la comunicación con sus compañeros, maestros, apoyo de los padres y familiares.

#### **2.2.1.5. Modelos teóricos del estrés**

**A) Modelo transaccional:** Empleado en la evaluación de las interacciones afectivas de un individuo con las diferentes situaciones en su medio, consideradas estas como estresores que determinaran los recursos para afrontar diferentes situaciones.

Lázarus y Folkman (1984) citado por Gonzales y Landero (2006) define el estrés como la relación que existe entre el sujeto y el entorno que es percibido por el propio sujeto como amenazante o falta de recursos para afrontar la situación amenazante, esta situación desbordante hace que el sujeto pone en riesgo su bienestar.

Según este modelo, tanto las situaciones internas como las externas deben estar presentes para que se produzca una respuesta de estrés, y es la relación entre ellas la que crea su apariencia y características individuales. Debido a esto, cada individuo responde de manera

diferente a un mismo estímulo y puede utilizar diferentes estilos de afrontamiento para cada situación.

Lazarus y Folkman (1984) El afrontamiento es un proceso dinámico de evaluación y revisión del repertorio de estrategias que los individuos necesitan para hacer frente a situaciones que se perciben como perturbadoras y cuya función es reducir o aliviar los efectos del estrés psicológico.

**B. Modelo sistémico cognoscitivista.** Barraza, un autor de Latinoamérica que contribuyó al estrés académico, desarrolló un modelo sistémico cognoscitivista. Este enfoque, formulado por Barraza, se respalda en la teoría general de sistemas desarrollada por Colle y en el modelo transaccional elaborado por Richard Lázarus. Su definición es, por tanto, “un proceso sistemático de naturaleza adaptativa e intrínsecamente psicológica que se manifiesta de tres formas cuando un alumno se expone a una situación escolar y evalúa un conjunto de demandas consideradas estresantes, cuando aparece un desequilibrio sistémico inducido por el estresor. Este modelo, propuesto por Barraza, encuentra fundamentos en la teoría general de sistemas de Colle y en el modelo transaccional creado por Richard Lázarus (Barraza 2006).

La teoría de Barraza (2006), parte de dos supuestos:

Supuesto sistémico: Se ha descrito como la interacción humana con el medio ambiente, un ciclo continuo de entradas y salidas para lograr el equilibrio adecuado.

Supuesto cognoscitivista: Se escribe cómo la interacción entre el individuo y el medio ambiente están mediadas a través del proceso de evaluación y gestión de las demandas del medio ambiente y los recursos necesarios para satisfacer esas demandas. (Citado en Dueñas Zúñiga, H.F., 2017)

Berrío y Mazo (2011) Afirman que el enfoque cognitivo-sistémico del estrés académico lo interpreta como una secuencia de evaluaciones en respuesta a situaciones estresantes del entorno, con el propósito de alcanzar una armonía sistémica entre el individuo y su contexto.

### **Modelos integradores multimodales.**

Este modelo sugiere que el estrés no se puede definir a partir de un único concepto, sino que se entiende como un conjunto de variables que actúan de forma

sincrónica y diacrónica, se activan a lo largo del ciclo vital (citado en Berrio y Mazo, 2011).

## **2.2.2. Fatiga Pandémica**

### **2.2.2.1. Fatiga.**

La Real Academia Española (2014) lo define como la molestia ocasionada por un esfuerzo más o menos prolongado, y que en ocasiones produce alteraciones físicas. (citado por Pedraza, 2018)

### **2.2.2.2. Fatiga Pandémica.**

La fatiga pandémica es un término acuñado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) para referirse a la respuesta a las medidas y restricciones a largo plazo provocadas por la pandemia del Covid-19. (Droguett, 2021). Y esto se manifiesta como cansancio por agotamiento físico y psíquico, lo que lleva a la desmotivación de la población para seguir las recomendaciones

### **3.2.2.3. Síntomas de fatiga pandémica**

Khan et al. (2020 Citado por Gonzales, et al. 2020), señalan que la ansiedad, los ataques de pánico, los trastornos del sueño, la ira y la frustración se manifiestan en las personas durante las pandemias provocadas por el encarcelamiento.



#### **2.2.2.4. Cómo manejar los síntomas de fatiga pandémica**

Para manejar adecuadamente los síntomas de fatiga pandémica es importante tener en cuenta las emociones, por ello cuidar nuestros pensamientos y no admitir lo que nos perjudica emocionalmente, puesto que los pensamientos y emociones se encuentran relacionados, por ende, al identificar el pensamiento negativo ayuda a modificar por un pensamiento adaptativo generando emociones positivas (Cortez, 2021).

Es importante realizar actividades que refuerzan nuestro estado anímico, de allí la importancia de hacer una lista de actividades y practicarlas todos los días. Para reforzar estas actividades, es importante, recuperar hobbies.

Olsson (2020) La fatiga pandémica se puede manejar de la siguiente manera:

Reconoce y replantea tus sentimientos.

Mantener el sentido de humor.

Conecta con otros.

Cuida de ti mismo.

Encuentra la gratitud en medio de los desafíos.

Busca apoyo.

### 2.2.3. Pandemia

Es una enfermedad epidémica que afecta a la mayoría de las personas en una población determinado o nivel mundial, afectando a gran número de personas durante un periodo de tiempo concreto; por lo tanto, en el Perú el ministerio de educación elaboró el conjunto de normas para responder a la masiva estudiantil (OMS, 2020).

Normativas Escolares durante la pandemia decretados por el MINEDU

- Suspensión de clases presenciales en los centros educativos del país. Inicio de clases por modalidad virtual.
- Plataforma Aprendo en Casa, con el propósito de que los estudiantes de educación básica (inicial, primaria y secundaria), educación básica especial (Prite y Cebe) y educación básica alternativa continúen sus clases desde el 6 de abril. Esta plataforma es un sistema multicanal de educación a distancia a través de televisión, radio e internet.

Normativas Escolares en 2022 decretados por el MINEDU

Modifican el numeral 6.4 del Artículo VI Disposiciones Generales de la Directiva denominada “Medidas para la atención a los ciudadanos en el contexto de estado de emergencia por el Coronavirus (COVID-19) en el Ministerio de Educación”, aprobada mediante Resolución de Secretaría General N° 140-2020-MINEDU.

Fortalecer y lograr el aprendizaje de los estudiantes en la educación primaria, superior y técnica productiva, impulsando la innovación y las

actividades educativas, con atención a la diversidad de las regiones del Perú, superando la desigualdad y respondiendo a la educación en el contexto de la crisis sanitaria del COVID-19.

La meta se desarrollará de las siguientes formas: reinserción y fortalecimiento de los alumnos de primaria y regreso a la escuela, desarrollo profesional de los docentes, innovación tecnológica y competitividad de la educación, zonas rurales, pueblos indígenas, población afroperuana y discapacitados.

#### **2.2.4. Covid-19**

El 30 de enero de 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) anunció una emergencia de alcance global con el propósito de prevenir la propagación del contagio. Posteriormente, el 11 de febrero, la OMS, en colaboración con otras entidades dedicadas a la salud, dio a conocer la denominación de la enfermedad como COVID-19.

COVID-19 es una pandemia global que ha creado desafíos sin precedentes para los profesionales de la salud y sus infraestructuras; Este es un tema complejo porque tiene implicaciones sociales, éticas, económicas y políticas González, (2021). Para evitar la propagación de esta enfermedad, medidas como el distanciamiento social y la cuarentena han sido propuestas a nivel internacional por varios países y sus trabajadores de la salud.

Loro (2020). La cuarentena se caracteriza por emociones negativas como miedo, ira, frustración, que pueden causar ansiedad, deterioro de algunas habilidades sociales o profesionales, ira, creencias negativas de apoyo sobre

las habilidades de afrontamiento individuales, estado de ánimo deprimido puede causar graves consecuencias como depresión o ansiedad.

### **2.3. Bases conceptuales o definición de términos básicos**

#### **2.3.1 Estrés Académico**

Según Barraza (2007) Describió el estrés académico como un procedimiento de naturaleza sistémica, con un carácter adaptativo fundamentalmente psicológico que se divide en dimensiones como: estresores que son descritas como las exigencias que los estudiantes experimentan cotidianamente en su ámbito escolar; los síntomas son las referencias subjetivas u objetiva que da la persona de la percepción que reconoce como anómala o causada y son identificados por su carácter físico, psicológico y comportamental, como por ejemplo, dolores de cabeza, fatiga persistente, ansiedad, tristeza, aislamiento social, aumento o disminución del apetito, falta de interés en uno mismo y apatía hacia los demás, entre otros síntomas, que pueden estar relacionados con un estado patológico o una enfermedad.

Cuando se manifiestan estos síntomas, la persona se ve compelida a tomar medidas para restaurar su equilibrio sistémico. Sin embargo, para actuar de manera efectiva, es necesario llevar a cabo una evaluación adicional de las posibles maneras de hacer frente a las demandas del entorno. Esta evaluación adicional ayuda a determinar cuál es la estrategia de afrontamiento más apropiada para abordar la demanda específica que se enfrenta.

### **2.3.2 Fatiga Pandémica**

Según OMS citado por Consejo Interterritorial Sistema Nacional de Salud es “la desmotivación para seguir las conductas de protección recomendadas que aparece de forma gradual en el tiempo y que está afectada por diversas emociones, experiencias y percepciones, así como por el contexto social, cultural, estructural y legislativo”. Surge como consecuencia de la incertidumbre y el cambio de nuestros hábitos, las emociones, experiencias y nuestras creencias.

### **2.4. Bases epistemológicas o bases filosóficas o bases antropológicas**

Cuando hablamos del estrés que sienten las personas podemos basarnos en diversas posturas teóricas que pueden explicar dicho fenómeno como por ejemplo tenemos a la teoría de la autodeterminación (Ryan y Deci, 2000) que sostienen que los individuos tienen necesidades psicológicas básicas que deben ser satisfechas para tener un bienestar emocional y motivacional en los diversos aspectos de su vida. Estas necesidades son la competencia, la autonomía y la relación interpersonal. Asimismo, también encontramos a Lázarus y Folkman (1984) quienes sugieren el modelo transaccional del estrés donde plantean que el estrés es el resultado de la interacción entre la persona y su entorno. Es decir, no es el estresor en sí mismo lo que determina la respuesta de la persona, sino la evaluación cognitiva que hace de ese estresor y los recursos de afrontamiento que tiene a su disposición. Y Lázarus (1999) sostiene la teoría de la respuesta emocional en donde refiere que las emociones son el resultado de la evaluación

cognitiva que hacen los individuos de los estresores. Es decir, no es el estresor en sí mismo lo que genera la emoción, sino la interpretación que la persona hace de ese estresor, como, por ejemplo: Durante la pandemia, las personas pudieron sentir que la situación era amenazante y fuera de su control, lo que posiblemente podría generar emociones negativas y contribuir a la fatiga pandémica. Finalmente, en esta línea de ideas de Lázarus, también encontramos a la postura epistémica de la acción y el control de Carver y Scheier (1999) donde se entiende que los individuos tienen un deseo innato de controlar su entorno y su propia vida y cuando se enfrentan a situaciones estresantes, tratan de mantener el control sobre ellas y de hacer cambios para reducir la tensión, es decir que ante una situación como la pandemia, donde se tenía las restricciones impuestas por el estado peruano, podría haber ocasionado que las personas se sientan impotentes e incapaces de controlar su situación sobre todo la situación académica que vivían los adolescente de las instituciones públicas, lo que esta sensación de pérdida de control podría contribuir a la fatiga pandémica

## CAPÍTULO III. METODOLOGÍA

### 3.1. Ámbito

La investigación se llevó a cabo en la ciudad de Junín, en la Institución Educativa Pública “La Victoria de Junín” con los alumnos que cursan el 1º, 2º, 3º, 4º y 5º año de nivel secundario en el distrito de Junín - Junín.

“La Victoria de Junín” se inició el 30 de septiembre de 1963, cuando un grupo de destacados hijos juninenses expresaron su preocupación por la creación de una escuela de niñas. Para ello propusieron dividir el colegio mixto “Seis de Agosto” en el mismo lugar, la tarea decisiva estuvo en manos de los indígenas “Villa de Junín”, liderados en su momento por un dinámico comunero, el señor Alejandro Chaccha. En ese momento se formó una comisión que nombró al Sr. Teobaldo Chuco Córdor, quien fue el autor de la iniciativa, junto al ciudadano Víctor Baquerizo Aldana, quienes iniciaron las mismas acciones, que se tornaron trámites burocráticos y larguísimos, siempre con resultados negativos. Hasta marzo de 1965, el Consejo Provincial de Junín continuó y sostuvo reuniones con Silverio Sotelo Guerrero como alcalde, quien junto a otros funcionarios decidieron continuar la obra y decidieron elevar un memorial a la ciudad de Lima luego el Senador Ramiro Priáé Priáé del Departamento de Junín y el Senador José Ferreyros García de Cerro de Pasco y otros funcionarios de la ciudad de Junín que soñaban con una escuela solo para mujeres y otra para hombres.

En ese momento, desde el 3 de mayo de 1965, funcionó temporalmente con el nombre de "Nuestra Señora de los Reyes", teniendo como primera directora a la profesora Sra. Adriana Espinel de Traverso, quien entonces con 2

secciones: 1ro y en 2do grado, un total de 65 alumnos; y considerado local, "La casa Comunal"; estancia que duró muy poco, pues luego se trasladó a la casa particular de otro ciudadano, Teófilo Caro, quien se ocupaba de la educación de las hijas de juninas. Meses después, el ansiado sueño se hizo realidad; cuando el 9 de diciembre de 1965 se proclamó la Ley N° 15561, cuyo contenido consta de 04 artículos que autorizan oficialmente la creación y funcionamiento del plantel bajo una nueva denominación: Colegio Femenino "La Victoria de Junín, en honor al acta del héroe de la Batalla de Junín, dos años después, en 1968, el 16 de julio, la entonces maestra: Sra. María de Jesús Enciso de Bringas entronizó a la Virgen del Carmen, fecha trascendente que supuso el aniversario de la patrona. Luego al año siguiente, precisamente en 1969, la institución educativa se traslada a nuestro mismo predio y pabellón al actual departamento 05, un local todo femenino.

En 1988, se cambia el horario de clases discontinuos a la continua, por clamor de la Comunidad Educativa de aquel entonces; con la resolución N° 3475 también destaca el liderazgo de nuestra primera alcaldesa, Eva Elsa Córdor Surichaqui, para ayudar a administrar a maestros y padres. Como vemos, ella es la misma que inició la comunidad escolar de Junín, cuya cuna está en nuestra querida institución educativa "La Victoria de Junín".

Así, el 18 de diciembre de 1990 por R. D. N° 0340, cambia su razón social de Colegio Estatal "La Victoria de Junín" para menores a Colegio Estatal Industrial "La Victoria de Junín", a partir del 2 de enero de 1991, y ofrece a la población escolar las siguientes familias profesionales: juzgado y prendas de



vestir, textiles. en la máquina de tejer, que luego se especializa en informática y en informática y carpintería.

A partir del 1 de abril de 1999, mediante resolución 06609, se permite adecuar La especialidad de Tejidos a Telar y Computación e informática. Por ello, la institución educativa actualmente atiende a la población en tres especialidades: corte y costura, informática y tecnologías de la información, carpintería – madera y metálica.

### 3.2. Población

Sánchez y Reyes (2009), según estos autores la población se puede definir como “todos los miembros de cualquier clase bien definida de personas, eventos u objetos”.

La población la conformaron 161 estudiantes de ambos sexos del 1ro, 2do, 3ro, 4to y 5to grado del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín” Junín – Junín.

**Tabla 2**

*Cantidad de la población*

<b>Grados</b>	<b>Sección</b>	<b>Población</b>
	A	20
1°	B	16
	A	16
2°	B	17
	A	17
3°	B	15

	A	18
4°	B	11
	A	18
5°	B	13
<b>Total</b>		<b>161</b>

**a. Criterios de inclusión**

- Edad: 12 – 17 años
- Sexo: Femenino y Masculino
- Alumnos de nivel secundario.
- Matriculados en 1°, 2°, 3°, 4° y 5° año en la I.E. “La Victoria de Junín” del distrito de Junín del año 2022.
- Alumnos que estuvieron de acuerdo y colaboraron con los procedimientos necesarios en el día de la evaluación.
- Alumnos presentes durante la evaluación.

**b. Criterios de exclusión**

- Edad: Menores de 12 años y mayores de 17 años
- Alumnos que no contaban con asistencia regular.
- Alumnos que presentaban síntomas de Covid o cuentan con descanso médico.
- No matriculados o habían sido trasladados desde 2do. Bimestre.
- Alumnos que no estaban de acuerdo a ser evaluados.
- Alumnos ausentes.

### 3.3. Muestra

**Definición de la muestra.** Sánchez y Reyes (2009) mencionan que la muestra debe tener relaciones de similitud con los grupos a los que se quieren hacer generalizados los resultados, es decir la muestra es la parte representativa de la población.

La muestra estuvo constituida por un total de 113 estudiantes de ambos sexos del 1ro, 2do, 3ro, 4to y 5° grado del nivel secundario de la I.E. “La Victoria de Junín” del distrito de Junín.

**Tabla 3**

*La cantidad total de la muestra*

<b>Grado</b>	<b>Sección</b>	<b>Muestra</b>
1°	A	14
	B	12
2°	A	11
	B	12
3°	A	10
	B	12
4°	A	14
	B	8
5°	A	11
	B	9
<b>Total</b>		<b>113</b>

**b. Muestreo,** el muestreo es no probabilístico porque no se conoce la probabilidad o posibilidad de que cada miembro de la población sea seleccionado en la muestra (Sánchez y Reyes, 2009).

### 3.4. Nivel y tipo de estudio

#### 3.4.1. Nivel de estudio

Nivel descriptivo. Consiste en describir un fenómeno o situación estudiándolo en determinadas condiciones espacio-temporales. (Sánchez y Reyes, 2009).

Las investigaciones de nivel descriptivo recogen información en el contexto actual del fenómeno y nos llevan al conocimiento actualizado del fenómeno tal como se presenta.

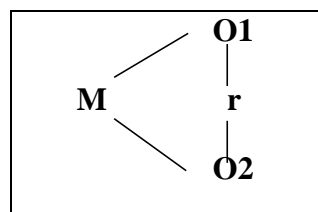
#### 3.4.2. Tipo de estudio

Sánchez y Reyes (2009) es un tipo sustantiva de investigación que esta “orientada al conocimiento de la realidad tal como se presenta en una situación espacio-temporal dada”.

### 3.5. Diseño de investigación

**Correlacional** El objetivo de este tipo de diseño es establecer la conexión entre dos o más variables de interés dentro de una muestra o la relación entre dos fenómenos o eventos que se han observado (Sánchez y Reyes, 2009)

#### Representación simbólica



#### Leyenda:

O1= Estrés académico

O2= Fatiga Pandémica

r = Relación

M=Muestra

### 3.6. Métodos, técnicas e instrumentos

#### 3.6.1. Métodos

**Observación Indirecta.** También llamado observación no participante, donde el investigador esta fuera de la extracción por la recolección d los datos, observando el comportamiento, registrando documentos. Hernández et al. (2006),

#### 3.6.2. Técnicas

- **Fichaje.** Mediante esta técnica se busca recoger y guardar información. Cada una de ellas contiene una serie de información seleccionada, organizada, resumida dirigida sobre un tema específica (Aucca, 2015).
- **Psicometría.** Según Meneses et al. (2013) Es una rama de la psicología que, a través del desarrollo de pruebas y teorías, métodos y técnicas interactivos, se ocupa de los procesos psicológicos y las habilidades cognitivas con el objetivo de describir, clasificar, diagnosticar, explicar o predecir acciones o emitir juicios sobre el comportamiento humano.
- **Encuesta.** Es el procedimiento en el cual el investigador recopila la información, mediante el cuestionario previamente diseñado.

#### 3.6.3. Instrumentos

##### a) Ficha técnica de la variable 1:

Nombre: Inventario CISCO de Estrés Académico

Autor: Arturo Barraza Macías

Año: 2007

Procedencia: México

Duración: De 10 a 20 minutos aproximadamente

Objetivo: Se trata de una escala autónoma que analiza los factores estresantes, los síntomas y las tácticas de manejo del estrés académico.

Puntuación: Calificación manual

Aplicación: Estudiantes de Nivel Secundario

Ítems: 31 ítems

Tipo de respuesta: Los ítems se responden en una escala de calificación de cinco categorías tipo Licker (nunca, rara vez, a veces, casi siempre y siempre).

Administración: Colectivo e individual. Es importante tener en cuenta las instrucciones de cómo deben responder el examinado.

**Puntaje y Calificación e interpretación.** Si el evaluado responde "NO" a la pregunta inicial, que actúa como filtro, ya no podrá continuar respondiendo a las siguientes afirmaciones. Cada respuesta en la escala se valora de la siguiente manera: 0 para indicar que nunca ocurre, 1 para rara vez, 2 para algunas veces, 3 para casi siempre y 4 para siempre. Los puntajes individuales o agregados se suman, y luego se convierten en porcentajes utilizando la regla de tres simple o multiplicando el promedio de cada elemento por 25. Una vez obtenido el porcentaje, se interpreta de acuerdo con la siguiente escala de referencia.

**Tabla 4***Puntuación Inventario Cisco de Estrés Académico*

PUNTAJE PORCENTUAL	NIVEL
0 – 33	Estrés leve (Bajo)
34 – 66	Estrés Moderado (Medio)
67 - 100 o más	Estrés Profundo (Alto)

**b) Ficha técnica de la variable 2:**

Nombre: Cuestionario de Fatiga Pandémica

Autor: Marvin Aguirre Gonzales

Nº de ítems: 15 ítems

Administración: Individual o colectivo.

Tiempo de aplicación: 20 minutos aproximadamente.

Materiales: Hoja de preguntas y respuestas del cuestionario, plantilla de interpretación.

Áreas que se mide: Percepción de riesgo; Desmotivación; Razones para no seguir con las restricciones

Objetivos: Identificar los niveles: alto, medio y bajo, de la fatiga pandémica.

Caracterización: Consta de tres dimensiones. Con un tal de 15 preguntas, los resultados muestran un nivel total.

**3.7. Validación y confiabilidad del instrumento****A. Variable 1: ESTRÉS ACADEMICO**

**Validez:** Barraza (2007) La validez del inventario se establece mediante tres métodos: análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de

grupos de comparación. Los resultados respaldan la estructura tridimensional del inventario a través del análisis factorial correspondiente, lo que concuerda con el modelo conceptual desarrollado para abordar el estrés académico desde una perspectiva sistémico-cognitiva. Además, el autor confirmó que los ítems que conforman el inventario son homogéneos y tienen una dirección única, mediante análisis de consistencia interna y análisis de grupos, con un nivel de significación de 0,05.

Picoy (2015) encontró la efectividad del contenido del inventario mediante el factor de validación 'V' de Aiken realizado por cuatro jueces. Y los resultados muestran que el ítem es estadísticamente significativo según lo informado, con una barra de error de 0,05 y un intervalo inferior por encima de la V de Aiken de 0,5. Es decir, cumple el criterio estadístico porque es mayor que el criterio liberal mínimo válido.

**Confiabilidad.** La confiabilidad del inventario se sitúa en un valor de 0.87 en cuanto a las dimensiones y alcanza un 0.90 en el total de la prueba, lo que puede considerarse como un nivel muy sólido y alto en términos de confiabilidad (Barraza, 2007).

Picoy (2015) Llevó a cabo una evaluación de la confiabilidad del Inventario SISCO de Estrés Académico en la población estudiantil de la Facultad de Psicología de la UNHEVAL. Para ello, aplicó el instrumento a una muestra de 50 estudiantes seleccionados aleatoriamente. En este análisis, la confiabilidad se basa en dos factores principales: la longitud del instrumento (que se refiere al número de ítems) y la variabilidad de las



puntuaciones entre los sujetos (basada en la varianza de las puntuaciones). Los resultados revelaron un coeficiente alfa de Cronbach de 0.82, lo que indica una confiabilidad sustancialmente alta.

**A nivel local**, La prueba de investigación obtuvo un valor de confiabilidad (alfa de Cronbach = 0.82) el cual indica que la fiabilidad alta, es decir es un instrumento es confiable y aceptable. (**Anexo 05**)

## **B. Variable 2: Cuestionario de Fatiga Pandémica MAG**

**Validez y confiabilidad a nivel local:** Se consideró necesario optar por el instrumento de la variable agotamiento pandémico, que contaba con la validación, y confiabilidad del instrumento, encontrando que Aguirre (2022) obtuvo un promedio total del 3.6 equivalente al 90% de pertinencia lo que indicaría que según los 05 expertos del instrumento si cuenta con el rigor científico para la recolección de datos, indicando la validez en su coherencia, relevancia, suficiencia y claridad. De igual forma, cabe mencionar que la valoración según el Análisis de la “V de Aiken”, los Ítems son iguales o mayores a 0.8 lo que indica la validez en su coherencia, relevancia, suficiencia y claridad (Aguirre, 2022).

Según el Alfa de Cronbach, se obtuvo como resultado 0,809 esto nos indica una correlación positiva muy alta, se encuentra dentro del punto de corte aceptado para los instrumentos de investigación (Aguirre, 2022).

Adicional a estas propiedades encontradas por Aguirre (2022), Se consideró realizar una validación por 03 jueces para validar los ítems a nuestra muestra, encontrando lo siguiente:

**Tabla 5***Valoración de Jueces para aplicación del instrumento a la muestra*

<b>Jueces</b>	<b>Decisión</b>
Mg, Aguirre Gonzales, Marvin	Apto
Psic. Ely Rossi Presentación Oyola	Apto
Psic. Patricia Rojas Tucto	Apto

Asimismo, Se consideró necesario realizar la confiabilidad en la realidad local (Huánuco) del instrumento de la variable fatiga Pandémica, el cual se procesó a través del alfa de Cronbach. Para tal efecto se aplicó el cuestionario a una muestra piloto con características similares a nuestra muestra y luego se procesó a través del coeficiente mencionado.

**a) Reemplazando en la fórmula:**

$$\alpha = \frac{K}{K - 1} \left( 1 - \frac{\sum S_j^2}{S_x^2} \right)$$

**Dónde:**

K= número de ítems

$S_j^2$ = suma de varianza de todos los ítems:

$S_x^2$ = varianza total.

**Tabla 6***Índice de Fiabilidad del Cuestionario Fatiga Pandémica*

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	Nº de elementos
0,812	15

Según el Alfa de Cronbach, se obtuvo como resultado 0,812 esto nos indica una correlación positiva muy alta, se encuentra dentro del punto de corte aceptado para los instrumentos de investigación.

Finalmente, se consideró determinar los percentiles y baremos según los datos de nuestra muestra:

**Tabla 7**

*Estadísticos del Cuestionario Fatiga Pandémica*

<b>Estadísticos</b>	
Fatiga pandémica	
Media	13,7400
Error típ. de la media	,37433
Mediana	14,0000
Moda	14,00
Desv. típ.	3,74333
Varianza	14,013
Rango	24,00
Mínimo	3,00
Máximo	27,00
Suma	1374,00

**Tabla 8**

*Baremos del Cuestionario Fatiga Pandémica*

<b>Puntaje</b>	<b>Nivel</b>
3 – 11	Bajo
12 - 19	Medio
21-27	Alto

**Tabla 9***Percentiles del Cuestionario Fatiga Pandémica aplicados a la muestra*

<b>Percentiles de fatiga pandémica</b>	
5	7,0500
10	9,0000
15	10,0000
20	11,0000
25	12,0000
30	12,0000
35	13,0000
40	13,0000
45	13,4500
50	14,0000
55	14,0000
60	14,6000
65	15,0000
70	15,0000
75	16,0000
80	17,0000
85	17,0000
90	18,0000
95	19,9500
100	27,0000

Percentiles

**3.8. Procedimiento**

- Para desarrollar la investigación primero se solicitó permiso de manera verbal a la directora de la I.E. “La Victoria de Junín” posteriormente se emitió un documento formal a la mesa de partes de la mencionada institución para evaluar los cuestionarios a los estudiantes.
- Se coordinó el día y el horario oportuno para la aplicación con la coordinadora de la tutoría y la directora cumpliendo con el protocolo de la bioseguridad.

- Los cuestionarios se aplicaron de manera presencial mencionando a los participantes que la evaluación era confidencial y con fines de investigación.

### **3.9. Tabulación y análisis de datos**

**Análisis Descriptivo**, se utilizaron las tablas de frecuencia y porcentaje a través del software SPSS-2021

**Análisis inferencial.** Para la verificación de hipótesis se realizó de acuerdo a la prueba de normalidad que determina el uso de las estadísticas de Rho de Spearman.

### **3.10. Consideraciones éticas**

- Se ataca de acuerdo al principio de no maleficencia ya que la información de los participantes es anónima solo se utilizaron con fines de investigación de manera general, ningún resultado y los datos de los participantes no se expondrá de forma pública.
- Principio de respeto: los participantes en la investigación fueron seleccionados de forma justa y equitativa respetando sus derechos por ello se dio a conocer el documento “consentimiento informado” antes de comenzar la evaluación para que puedan tomar la decisión adecuada.
- La investigación se ha regido bajo el cumplimiento de Reglamento General de las unidades de pregrado de la Universidad Nacional “Hermilio Valdizán” y de acuerdo al Código Ético del Colegio de Psicólogos del Perú.

## CAPÍTULO IV. RESULTADOS

### 4.1. Análisis descriptivo

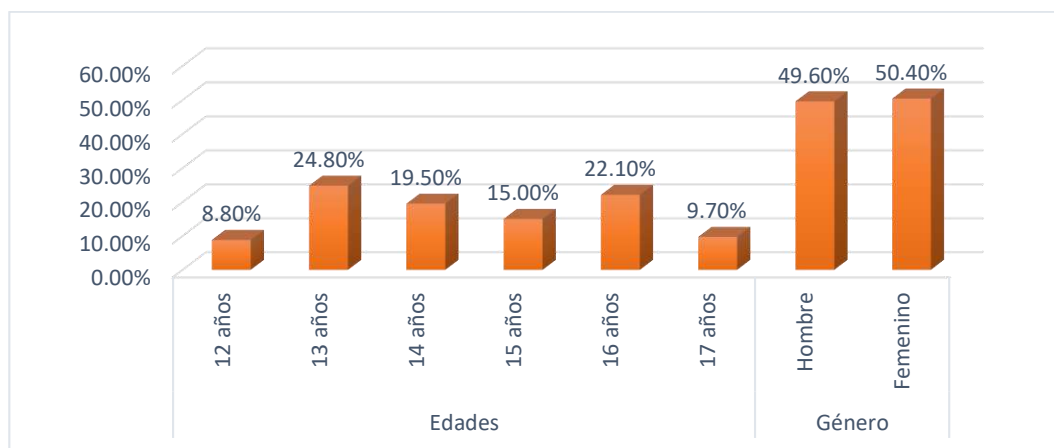
**Tabla 6**

*Datos sociodemográficos de los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín - 2022.*

<b>DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS</b>	<b>Fi</b>	<b>%</b>
<b>Edades</b>		
12 años	10	8,8%
13 años	28	24,8%
14 años	22	19,5%
15 años	17	15,0%
16 años	25	22,1%
17 años	11	9,7%
<b>Total</b>	<b>113</b>	<b>100%</b>
<b>Género</b>		
Hombre	56	49,6%
Femenino	57	50,4%
<b>Total</b>	<b>113</b>	<b>100%</b>

**Figura 1**

*Datos sociodemográficos de los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín - 2022.*



Según los datos obtenidos en tabla 6, se puede observar que de los 113 estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022. Las edades están comprendidas de 12 a 17 años; quienes cursan el nivel secundario desde 1ero a 5to; las edades con menor frecuencia fue las de 12 años (8.8%) y 17 años (9.7%); los demás tuvieron porcentajes similares. Al igual que el género femenino (50.4%) y masculino (49.6%) obtuvieron cantidades similares; es decir la muestra fueron tanto varones como mujeres.

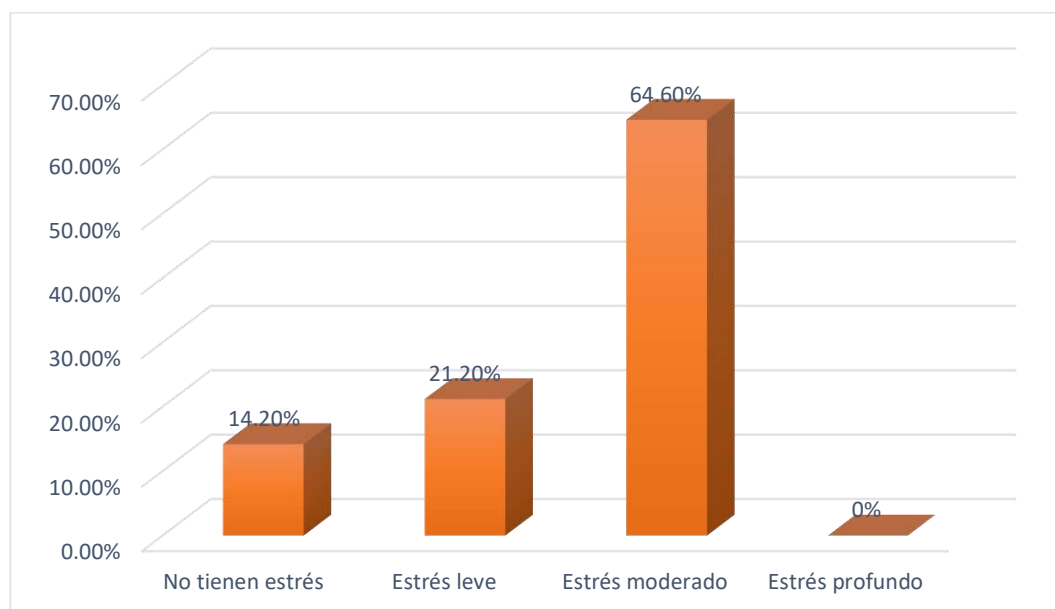
**Tabla 7**

*Niveles de la variable estrés académico en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín - 2022.*

Niveles	fi	%
No tienen estrés	16	14,2%
Estrés leve	24	21,2%
Estrés moderado	73	64,6%
Estrés profundo	0	0%
<b>Total</b>	<b>113</b>	<b>100%</b>

**Figura 2**

*Niveles de la variable estrés académico en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.*



Según los datos obtenidos en tabla 7, se puede observar que de los 113 estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín - 2022. Se observa que un elevado porcentaje, equivalente al 64.6% (73 estudiantes), se sitúa en la categoría de estrés moderado. Por otro lado, un 21.2% (24 estudiantes) experimentan un nivel de estrés leve, mientras que un 14.2% (16 estudiantes) señalan que no padecen estrés, ya que marcan la opción "NO" en respuesta a la pregunta 1. En resumen, se puede concluir que la mayoría de los estudiantes se sienten inquietos de manera continua debido a las situaciones estresantes que se presentan en su entorno escolar, incluso cuando intentan aplicar estrategias de afrontamiento al estrés.



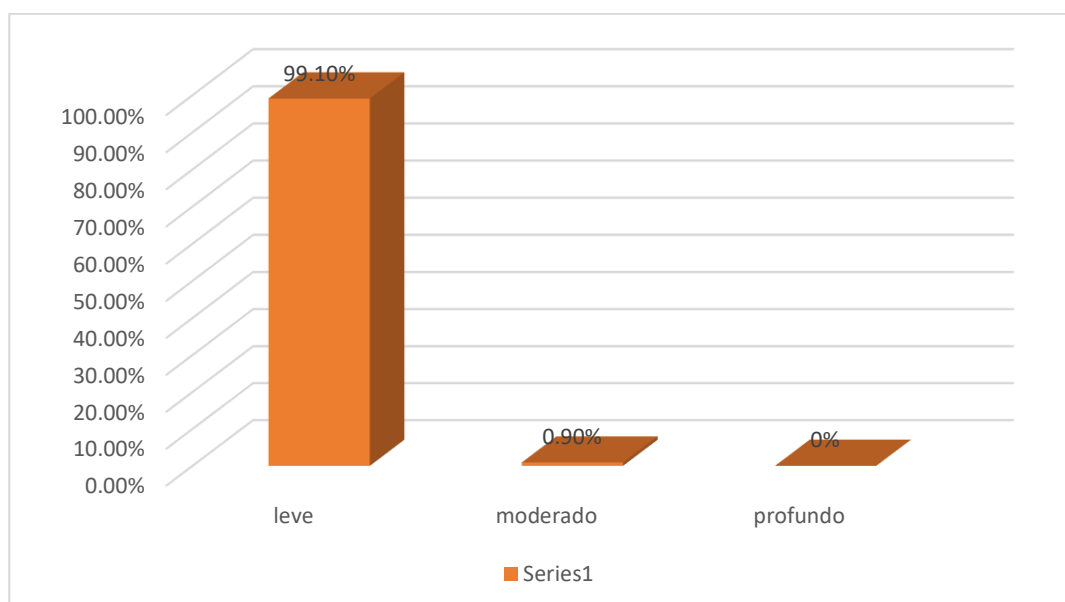
**Tabla 8**

*Niveles de la dimensión estresores de la variable estrés académico en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.*

<b>Niveles</b>	<b>fi</b>	<b>%</b>
Leve	112	99,1%
Moderado	1	0,9%
Profundo	0	0%
<b>Total</b>	<b>113</b>	<b>100%</b>

**Figura 3**

*Niveles de la dimensión estresores de la variable estrés académico en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.*



Según los datos obtenidos en tabla 8, se puede observar que de los 113 estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín - 2022. Donde la mayoría de ellos un 99.1% (112) alcanzaron el nivel estrés leve y solo un 0.9% (1) para el nivel estrés moderado. Se concluye que nunca o rara vez, los estudiantes se sienten inquietos por la competencia con los compañeros del

grupo, la sobre carga de áreas y trabajos escolares, la personalidad y carácter del profesor, el no entender los temas de las clases, el tiempo ilimitado para realizar los trabajos y las evaluaciones que emplean los docentes.

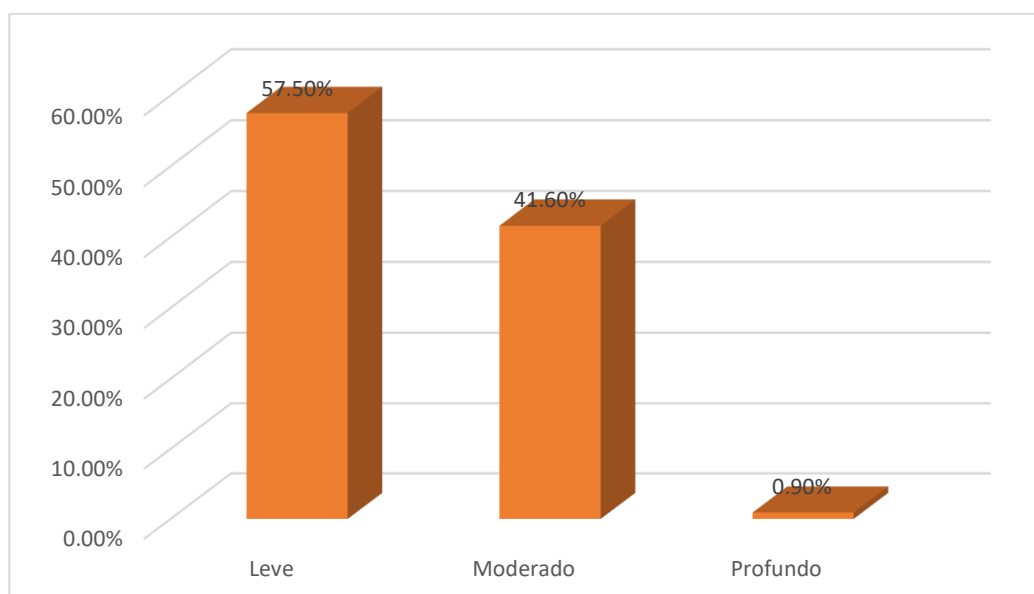
**Tabla 9**

*Niveles de la dimensión síntomas de la variable estrés académico en los estudiantes del nivel secundario de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.*

<b>Niveles</b>	<b>fi</b>	<b>%</b>
Leve	65	57,5%
Moderado	47	41,6%
Profundo	1	0,9%
<b>Total</b>	<b>113</b>	<b>100%</b>

**Figura 4**

*Niveles de la dimensión síntomas de la variable estrés académico en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.*



Según los datos obtenidos en tabla 9, se puede observar que de los 113 estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022. Donde la mayoría de ellos un 57.5% (65) alcanzaron el nivel estrés leve, un 41.6% (47) para el nivel estrés moderado y solo un 0.9% (1). Se concluye que nunca o rara vez, los estudiantes han experimentado las reacciones físicas, como las de insomnio o pesadillas, fatiga crónica, dolores abdominales, problemas digestivos, rascarse o hasta morderse las uñas; las reacciones psicológicas, como la incapacidad de relajarse, sentimiento de tristeza, angustia, desesperación, problemas de concentración y agresividad; finalmente para las reacciones comportamentales, como tendencia a discutir, aislamiento, aumento o disminución de los alimentos y desgano para avanzar los trabajos del colegio.

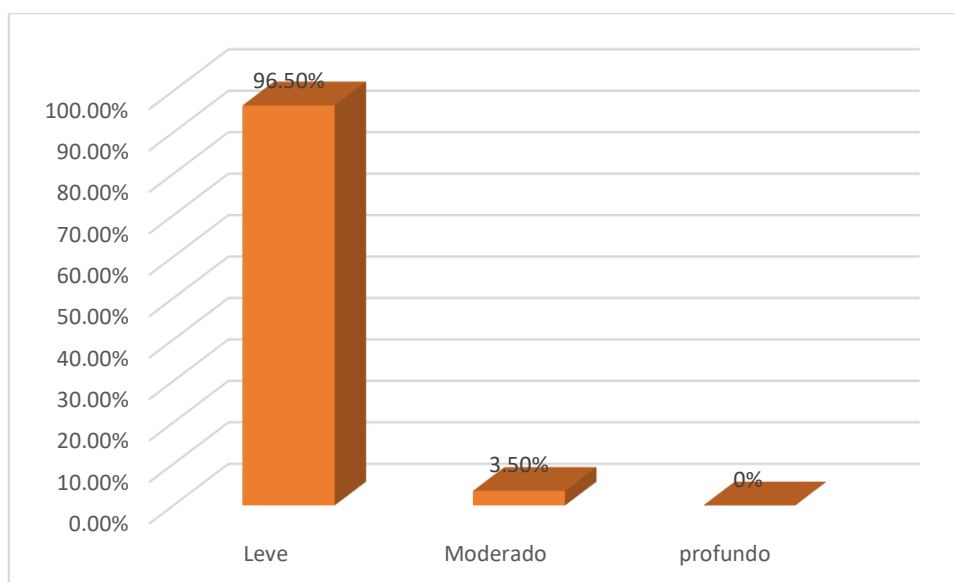
**Tabla 10**

*Niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento de la variable estrés académico en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín - 2022.*

<b>Niveles</b>	<b>fi</b>	<b>%</b>
Leve	109	96,5%
Moderado	4	3,5%
profundo	0	0%
<b>Total</b>	<b>113</b>	<b>100%</b>

**Figura 5**

*Niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento de la variable estrés académico en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín - 2022.*



Según los datos obtenidos en tabla 10, se puede observar que de los 113 estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022. Donde la mayoría de ellos un 96.5% (109) y solo un 3.5% (4). Se concluye que nunca o rara vez, los estudiantes realizan las siguientes estrategias para afrontar sus preocupaciones; como son la habilidad de asertividad, organizarse para realizar sus deberes, auto-elogiarse, centrarse en resolver a tiempo las situaciones que tienen pendiente, confiar en la religión, nutrirse de información y expresarlo verbalmente las incomodidades y situaciones que le preocupan.

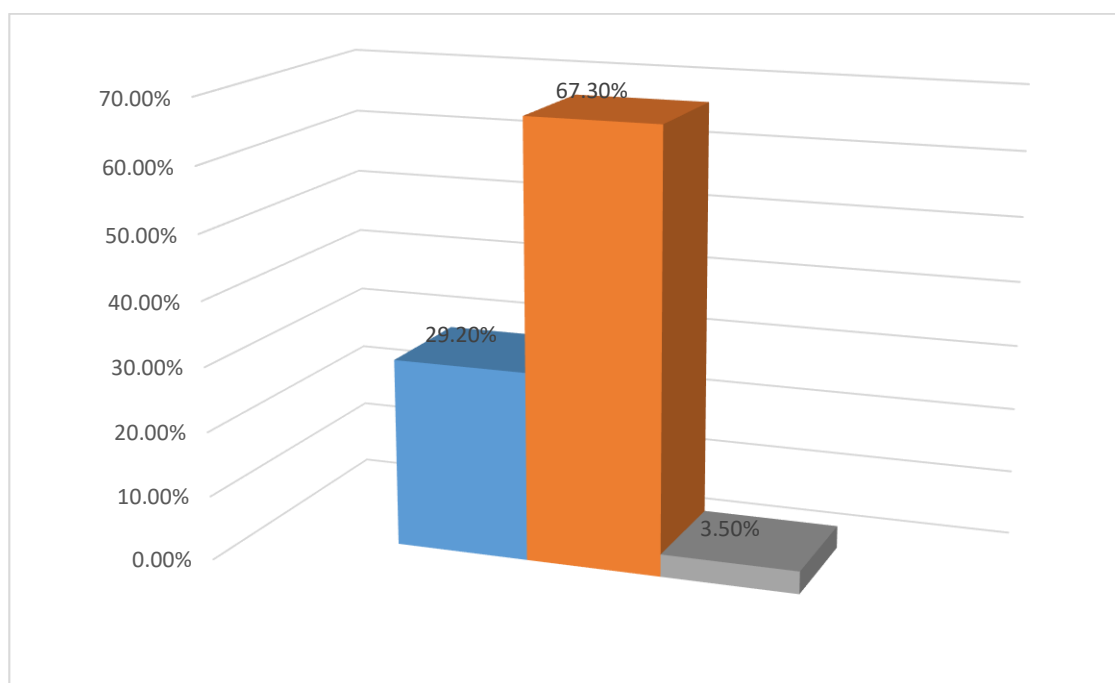
**Tabla 11**

*Niveles de la fatiga pandémica académico en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.*

<b>Niveles</b>	<b>fi</b>	<b>%</b>
Bajo	33	29,2%
Medio	76	67,3%
Alto	4	3,5%
<b>Total</b>	<b>113</b>	<b>100%</b>

**Figura 6**

*Niveles de la fatiga pandémica académico en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.*



Según los datos obtenidos en tabla 11, se puede observar que de los 113 estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022. Donde la mayoría de ellos un 67.3% (76) alcanzaron el nivel medio, para el nivel bajo un 29.2% (33) y solo un 3.5% (4) para el nivel alto. Se concluye que

a veces, los estudiantes utilizan las mascarillas para proteger a los de su entorno y a ellos mismos, siguiendo adecuadamente las medidas de bioseguridad para protegerse contra el virus, los cuales no les molestan; por el contrario, la mayoría de veces las consideran correctas y aptas, para la situación que nos encontramos.

#### 4.2. Análisis inferencial

**Tabla 12**

*Pruebas de normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Estrés Académico	,396	113	,000	,666	113	,000
Fatiga Pandémica	,093	113	,018	,973	113	,023

\*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

Según los datos obtenidos en tabla 12, se puede observar que de los 113 estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022. Las variables de estudio que son: Estrés Académico y Fatiga Pandémica, los datos procesados de cada variable, no indica que no tiene una distribución normal ya que sus valores de sig. es inferior al 0.05 (Kolmogorov-Smirnov). Ello nos permite concluir que se debe de emplear la prueba no paramétrica Rho de Spearman.

***Se formuló la hipótesis general:***

**Hi:** Existe relación significativa entre el estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín- “, Junín-2022

**Ho:** No existe relación significativa entre el estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín- “, Junín-2022

**Tabla 13**

*Prueba de hipótesis general*

<b>Rho de Spearman</b>		<b>Fatiga Pandémica</b>
	Coeficiente de correlación	,075
Estrés académico	Sig. (bilateral)	,432
	N	113

Según los datos obtenidos en tabla 13, se puede observar que de los 113 estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022. Las variables: Estrés Académico y Fatiga Pandémica, obtuvieron el valor de sig. bilateral = 0,432 al ser superior a 0,05 se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna; es decir: No existe relación significativa entre el estrés académico y la Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín- “, Junín-2022.

***Se formuló la hipótesis específica 1:***

**Hi:** Existe relación significativa entre los estresores del estrés académico y la Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.

**Ho:** No Existe relación significativa entre los estresores del estrés académico y la Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.

**Tabla 14**

*Prueba de hipótesis específica 1*

<b>Rho de Spearman</b>		<b>Fatiga Pandémica</b>
	Coeficiente de correlación	,232
Estresores	Sig. (bilateral)	,013
	N	113

Según los datos obtenidos en tabla 14, se puede observar que de los 113 estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022. La dimensión estresores del estrés académico y la variable fatiga pandémica, obtuvieron el valor de sig. bilateral = 0,013 al ser inferior a 0,05 se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula; es decir: Los resultados demuestran que existe una relación significativa entre los elementos que provocan estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes de nivel secundario de la Institución Educativa "La Victoria de Junín" en el año 2022.



Esta conclusión se respalda con el valor del coeficiente de correlación, el cual es  $r_s = 0.232$ , señalando una correlación positiva baja entre estas variables.

***Se formuló la hipótesis específica 2:***

**Hi:** Existe relación significativa entre los síntomas del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.

**Ho:** No Existe relación significativa entre los síntomas del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.

**Tabla 15**

*Prueba de hipótesis específica 2*

	<b>Rho de Spearman</b>	<b>Fatiga Pandémica</b>
	Coeficiente de correlación	,428
Síntomas	Sig. (bilateral)	,000
	N	113

Según los datos obtenidos en tabla 15, se puede observar que de los 113 estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022. La dimensión Síntomas del estrés académico y la variable fatiga pandémica, obtuvieron el valor de sig. bilateral = 0,000 al ser inferior a 0,05 se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula; es decir: Existe relación significativa entre los síntomas del estrés académico y la Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.

Además, se encontró el  $r_s = 0.428$ ; lo que indica que existe una correlación positiva moderada.

***Se formuló la hipótesis específica 3:***

**Hi:** Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y la Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.

**Ho:** No existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y la Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín” Junín-2022.

**Tabla 16**

*Prueba de hipótesis específica 3*

<b>Rho de Spearman</b>		<b>Fatiga Pandémica</b>
	Coeficiente de correlación	-,021
Estrategias de afrontamiento	Sig. (bilateral)	,825
	N	113

Según los datos obtenidos en tabla 16, se puede observar que de los 113 estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022. La dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico y la variable fatiga pandémica, obtuvieron el valor de sig. bilateral = 0,825 al ser superior a 0,05 se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna; es decir: No existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín” Junín-2022.

## CAPÍTULO V. DISCUSIÓN

Este apartado comprende esencialmente las variables estrés académico y fatiga pandémica donde se pretendió conocer la relación que hay entre mencionadas variables, de igual modo también se evidencian resultados hallados de otras indagaciones, que se relacionan con el tema estudiado, los cuales fueron analizados teniendo en cuenta la valoración crítica, revelando así dicha información:

Los resultados indica que de los 113 estudiantes un 64.6% se ubica en el estrés moderado, seguido del estrés leve con un 21.2% y un 14.2% dijeron que no tenían estrés. Percibiendo así que la mayoría de los alumnos se aprecian intranquilos por las circunstancias de estresores que hay en su salón, los síntomas que experimentan por ellos a pesar de tener en cuenta las estrategias de afrontamiento al estrés. Por su parte, Kloster y Perrotta (2019) descubrieron que el 85% de los estudiantes universitarios mostraba un nivel moderado de estrés académico en contraste, el 11% experimentó un nivel leve de estrés académico, mientras que solo el 4% experimentó un nivel profundo de estrés académico. Como resultado, llegaron a la conclusión de que la mayoría de los estudiantes experimentaban estresores y síntomas algunas veces o rara vez, lo que también se reflejaba en las estrategias de afrontamiento utilizadas.

Respecto a los aspectos del estrés académico, se encontró el predominio del nivel leve exponiendo los siguientes puntajes en la dimensión estresores con un 99.1 %; en la dimensión síntomas con un 57.50%; y en la dimensión estrategias de afrontamiento con un 96.5%. A diferencia de estos resultados, Quispe (2022) encontró como niveles el estrés académico con un 59% al nivel moderado, seguido del nivel alto con 21% y con un 20% el nivel bajo. Asimismo, de esta variable prevalecieron estresores un nivel alto

con un 48%, en la dimensión síntomas se reconoce un nivel moderado con 40% y en la dimensión estrategias de afrontamiento un 53% evidencia un nivel moderado.

Por otro lado, respondiendo a la hipótesis general, se halló en las variables estrés académico y fatiga pandémica, un valor de sig. bilateral = 0.432 Por lo tanto, se aceptó la hipótesis nula, lo que implica que no se encontró una relación significativa entre el estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes. Por su parte, Revilla y Soto (2021) en su estudio con una muestra diferente titulado "Estrés académico y requisitos de autocuidado en estudiantes de enfermería en el contexto de la Covid-19", se encontró que el 82.4% de los estudiantes tenía un nivel de estrés académico medio, el 10.4% tenía un nivel de estrés académico alto y el 7.4% tenía un nivel bajo. Además, en este contexto, el 76.5% de los alumnos mostraron requisitos de autocuidado adecuados, mientras que el 23.5% presentó requisitos de autocuidado inadecuados. En cuanto a la comprobación de la hipótesis, el análisis de correlación de Pearson reveló un valor de p menor a 0.01 ( $p=0.000$ ), lo que indica una relación significativa al nivel de significancia del 1% entre las variables estrés académico y requisitos de autocuidado. El coeficiente de correlación de Pearson mostró un valor negativo ( $r = - 0.523$ ), lo que sugiere una relación inversa entre las variables, con una fuerza de asociación moderada negativa. Esto implica que a medida que aumenta el estrés académico, se observan requisitos de autocuidado inadecuados, y viceversa.

Finalmente, respecto a la contratación de las hipótesis específicas tenemos: En la dimensión estresores del estrés académico y la variable fatiga pandémica, un valor de sig. bilateral = 0,013 que fue inferior 0,05 aceptando con ello la hipótesis alterna es decir existe relación significativa entre los estresores del estrés académico y la fatiga pandémica. Para sustentar esto podemos encontrar que Revilla y Soto (2021), encontró

que el 82.4% de los estudiantes tenía un nivel de estrés académico medio, el 10.3% tenía un nivel de estrés académico alto y el 7.4% tenía un nivel bajo. Además, en este contexto, estos mismos autores, identificaron que el 76.5% de los alumnos mostraron requisitos de autocuidado adecuados, mientras que el 23.5% presentó requisitos de autocuidado inadecuados. Finalmente, en nuestra investigación encontramos que en la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico y la variable fatiga pandémica, hubo un valor de sig. bilateral = 0,825 al ser superior a 0,05 se aceptó la hipótesis nula, es decir que no existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y la fatiga pandémica, de otro lado, también encontramos que Dancour (2022), realizó una investigación denominada “Bienestar psicológico y estrés académico en contexto de pandemia en universitarios de los últimos años de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima-Sur” la cual se diferencia notando así una relación significativa y negativa entre los estresores y síntomas con el bienestar psicológico  $\rho = -.194$  y  $\rho = -.304^{**}$ , respetivamente; Esto implica que a medida que aumenta la presencia de estímulos estresores y síntomas, disminuyen los niveles de bienestar psicológico en los participantes, y viceversa. Además, se observó que el uso de estrategias para afrontar situaciones de tensión se relaciona directamente con el bienestar psicológico; esto significa que, a medida que los estudiantes emplean técnicas para enfrentar situaciones percibidas como estresantes, su bienestar psicológico tiende a ser mayor ( $\rho = .229^{**}$ ), aunque esta correlación es de grado débil. Es importante destacar que, si bien la presión académica es una experiencia natural que ha estado presente a lo largo del tiempo, la nueva dinámica académica generada por la pandemia de COVID-19 ha modificado esta situación estresante, lo que ha resultado en un ligero aumento en los niveles de estrés y en el número de estudiantes que lo experimentan.

## CONCLUSIONES

En base a los resultados obtenidos del presente estudio, se llega a las siguientes conclusiones:

Primero: En primer lugar, se determinó que no hay una relación significativa entre el estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa "La Victoria de Junín" en Junín-2022. Pues se obtuvo un valor de significancia bilateral de 0.432, el cual es superior a 0.05. Esto significa que no existe una relación estadísticamente significativa entre el estrés académico y la fatiga pandémica en estos estudiantes. En cuanto al estrés académico, la mayoría de los estudiantes, un 64.6% (73), experimentaron un nivel de estrés moderado, seguido por un 21.2% (24) que tuvo un estrés leve, y un 14.2% (16) indicó que no tenía estrés. Respecto a la fatiga pandémica, la mayoría de los estudiantes, un 67.3% (76), la experimentaron ocasionalmente (nivel medio), mientras que un 29.2% (33) afirmó que lo experimentó en el nivel bajo y solo un 3.5% (4) dijo que lo experimentaba en el nivel alto.

Segundo: Se concluyó que existe relación significativa entre los estresores del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E "La Victoria de Junín", Junín-2022. En términos descriptivos, la gran mayoría de los estudiantes, un 99.1% (112), experimentaron un nivel de estrés leve, con solo un 0.9% (1) que reportó estrés moderado. Además, el análisis inferencial arrojó un valor de significancia bilateral de 0.013, por debajo de 0.05

Tercero: Se concluyó que existe relación significativa entre los síntomas del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022. Mayoritariamente, los estudiantes experimentaron estrés leve (57.5%) y moderado (41.6%), mientras que una minoría no presentó estrés. El análisis inferencial mostró un valor de significancia (sig. bilateral) de 0.000, indicando una relación estadísticamente significativa entre estos síntomas

Cuarto: Se concluyó que no existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y la fatiga pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín” Junin-2022. Además; según los datos descriptivos, la mayoría de ellos un 96.5% (109) y solo un 3.5% (4). Según el dato inferencial, se obtuvo el valor de sig. bilateral = 0,825 al ser superior a 0,05.

## **RECOMENDACIONES O SUGERENCIAS**

### **A la Institución**

- Elaborar planes y protocolos sobre salud mental en los estudiantes.
- Promover actividades sobre prevención y manejo del estrés académico y la fatiga pandémica, través del Área de Tutoría o Psicología.
- Capacitar a los docentes sobre metodologías de enseñanza y fortalecimiento de competencias en el manejo de herramientas digitales, para así no generar en los alumnos el estrés.

### **A la Facultad**

- En convenio con la institución educativa realizar programas de prevención mediante actividades informativas sobre el estrés académico, dirigidas a los docentes y estudiantes.
- En coordinación con la institución llevar a cabo tamizajes periódicos de estrés académico a los estudiantes.

### **A la Universidad**

- En convenio con la DRE, implementar un programa de lucha contra el estrés académico, en el plan de estudios, así como también promover cursos, talleres y actividades integradoras permanentes, enfocados en la prevención y manejo del estrés académico.



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguirre, G. M. (2022). *Estilo gerencial y agotamiento pandémico en los servidores públicos durante la prórroga de la emergencia sanitaria, de la municipalidad de Amarilis-Huánuco, 2021*. [Tesis de posgrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Repositorio institucional.
- Alfaro, C.N y Castro Y.N. (2020). *Estrés académico en los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la IE Inmaculada Concepción, Arequipa - 2020*. [ Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa].
- Altabás del Rio, A. S (2021) *Conflictos, estrategias de afrontamiento y mediación en estudiantes de educación secundaria obligatoria: un enfoque psicoeducativo* [Tesis Doctoral, Universidad de La Rioja] <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=293684>.
- Amaris, M., Madariaga, C., Valle. M. y Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *PSICOLOGÍA DESDE EL CARIBE* 0123-417X. vol. 30, núm. 1, pp 7. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/213/21328600007.pdf>
- American Psychological Association. Recuperado de <https://www.apa.org/topics/stress/tipos#:~:text=El%20manejo%20del%20estr%C3%A9s%20puede,duraci%C3%B3n%20y%20enfoques%20de%20tratamiento>.
- Arribas Marín, J. (2013). Hacia un modelo causal de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de Enfermería. *Revista de Educación*, 360, 533-556. [http://www.revistaeducacion.educacion.es/doi/360\\_126.pdf](http://www.revistaeducacion.educacion.es/doi/360_126.pdf)
- Aucca Á., M. I. (2015). *El mundo cambia, la empresa cambia: la movilidad societaria*. [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio institucional: <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/6122>

- Barraza, A (2018) INVENTARIO SISCO SV-21 Inventario SISTémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems. Recuperado de [https://www.ecorfan.org/libros/Inventario\\_SISCO\\_SV\\_21/Inventario\\_sist%C3%A9mico\\_cognoscitivista\\_para\\_el\\_estudio\\_del\\_estr%C3%A9s.pdf](https://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV_21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf)
- Barraza, A. (2005). Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. *Revista de Psicología Científica*. 7 (9). Recuperado de <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-167-1-cientifica.html>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. Universidad Autónoma de Durango. Revista electronica de psicología Vol. 9 n°3 Iztacala Recuperado de <http://revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/viewFile/19028/18052>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3) ,110-129.
- Barraza, A. (2007). Propiedades psicométricas del Inventario Sisco del Estrés Académico. *Revista electrónica psicologiacientífica*. México. De <http://www.psicologiacientifica.com>.
- Barraza, A. and Silerio, J. El estrés académico en alumnos de Educación Media Superior: un estudio comparativo. *Investigación Educativa*, (7) 48-65
- Barraza, A. y Silerio, J. (2007). El estrés académico en alumnos de Educación Media Superior: un estudio comparativo. *Investigación Educativa*. (7), 48-65
- Berrío. N. y Mazo, R. (2011) Caracterización psicométrica del inventario de estrés académico en estudiantes de pregrado de la Universidad de Antioquia. *Revista de Psicología*. (3)2, 68. Recuperado de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/11369/10646>

- Burgos, A., Carretero, M., Elkington, A., Pasqual-Marssetin, C. & Lobaccaro, C.(2000). The role of personality, coping style and social support in healthrelated Quality of Life in HIV Infection. *Quality of Life Research*, 9 (4) 423-437
- Calvera, M. (2020). La reinención de la educación en medio de la pandemia. RPP Noticias. Recuperado de <https://rpp.pe/peru/actualidad/covid-19-la-reinencion-de-la-educacion-en-medio-de-la-pandemia-noticia-1283125>
- Caldera, J.F., Pulido, B.E. & Martínez, M.G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos [Versión electrónica]. *Revista de Educación y Desarrollo*.
- Camargo, B. (2010). Estrés, Síndrome General de Adaptación o Reacción General de Alarma. *Revista Médico Científica*, 17(2). Recuperado a partir de <https://www.revistamedicocientifica.org/index.php/rmc/article/view/103>
- Carver, CS y Scheier, MF (2002). El optimista esperanzado. *Investigación psicológica* , 13 (4), 288-290.
- Carver, C. S. y Scheier, M. F. (1999). Stress, coping, and self-regulatory processes. En L. A. Pervin y O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed.) (pp. 553-575). New York, NY: Guilford Press.
- Castagnetta, O. (2016) Estrategias de afrontamiento: ¿qué son y cómo pueden ayudarnos? *Psicología y mente*. España. Recuperado de <https://psicologiaymente.com/psicologia/estrategias-afrontamiento>
- Clemente, A. Z. (2021). *Estrés Académico y Ansiedad en estudiantes de Licenciatura en Enfermería*. [Tesis de Posgrado, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla]. Obtenido de: <https://repositorioinstitucional.buap.mx/bitstream/handle/20.500.12371/11807/2/0210126140649-7284-T.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cortez, M. (2021). Fatiga pandémica: ¿Qué es y cómo enfrentarla? Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. Recuperado de <http://www.usat.edu.pe/articulos/fatiga-pandemica-que-es-y-como-enfrentarla/>

Chacón Centeno, C., Rodríguez Feliciano, M., & Tamayo Jimenez, R. (2019). *Estrés y rendimiento académico en los estudiantes de Primer año de la Escuela de Medicina de la Universidad Pablo Guardado Chávez 2017-2018* (Doctoral dissertation, Tesis pregrado de licenciatura).

Dancour (2022). *Bienestar psicológico y estrés académico en contexto de pandemia en universitarios de los últimos años de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima-Sur*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Archivo digital. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1959/Dancourt%20Cardenas%2c%20Maria%20Angelica.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

De La Pena Oropeza, K. Y. (2018). Estrés académico y agresividad en estudiantes de educación secundaria de un colegio particular y estatal de Punta Negra.

Díaz Gómez, Darwin Andrés y Martínez Díaz, Esther Susana (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y Educadores*, 10 (2), 11-2. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83410203>

Díaz Ruiz, K.A y Pacheco Martínez, M. (2020). *Factores generadores de estrés escolar en los estudiantes de los grados décimo y undécimo de la Institución Educativa Currulao en el año 2020: un análisis cualitativo* [Tesis para obtener el título de Psicóloga, Universidad de Antioquia]. [https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/16314/7/DiazKaren\\_2020\\_FactoresGeneradoresEstres.pdf](https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/16314/7/DiazKaren_2020_FactoresGeneradoresEstres.pdf)

Díaz, E y Gómez, D. (2015). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Revista EDUCACION Y EDUCADORES*.10 (2), 5-6. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf>

Díaz Galindo, V. M., Gonzales Agüero, S. D. P., & Jumpa Fabián, M. F. (2021). Relación entre el estrés académico y el aprendizaje del curso de inglés en los alumnos del tercer año de la IE “Horacio Zeballos Games” del Distrito de San Pablo de Pillao en Chinchao–Huánuco, 2019.

Diccionario Castellano. (2022). Fatiga. Recuperado de <http://etimologias.dechile.net/>

Droguett. (2021). Fatiga pandémica: síntomas y recomendaciones. Recuperado de <https://www.clinicalascondes.cl.https://www.clinicalascondes.cl/BLOG/Listado/Psiquiatria-Adultos/fatiga-pandemica-sintomas-recomendaciones>

Dueñas Z, H.F. (2017). *Estrés Académico y Estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno*. [Tesis de maestría. Universidad Nacional del Altiplano]. Obtenido de <https://1library.co/document/z3dx32ey-estres-academico-estrategias-afrontamiento-estudiantes-universidad-nacional-altiplano.html>

Dumont, M., LeClerc, D., y Deslandes, R. Ressources personnelles et detresse psychologique en lien avec le rendement scolaire et le stress chez des eleves de quatrieme secondaire./Recursos personales y malestar psicológico en asociación con el rendimiento escolar y el estrés de los alumnos de cuarto de secundaria. *Revista canadiense de ciencias del comportamiento*. 35 (4), 254-267.

Escajadillo Pilco, A. V. (2019). Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución educativa 2095 Herman Busse de la Guerra-Los Olivos, 2018.

Gálvez, D., Martínez, A., Martínez, F., y Eléctrica, D. I. (2015). Estrés. *Contactos*, 97, 50-54.

Galvez, Martinez y Martinez (2015) El estrés. Depto. Ing. Electrica, Universidad Autónoma Metropolitana-Iztapalapa. Recuperado de <http://www2.izt.uam.mx/newpage/contactos/revista/97/pdfs/estres.pdf>

- García, F. J. M. (2004). *El Estrés Académico: Problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial* (Vol. 16). Servicio de Publicaciones de la Universidad de Huelva.
- García, R. , Pérez, F. Pérez B. & Natividad, L. (2011). Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad.
- González, Soler . Y, Pérez. E, González. R y Pons. S. (2021) Percepción de riesgo ante la COVID-19 en pobladores del municipio Manzanillo MULTIMED. *REVISTA MÉDICA. GRANMA.* 25(1) 8 Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1028-48182021000100003](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-48182021000100003)
- González, M. & Landero, R. (2006). Síntomas psicosomáticos y teoría transaccional del estrés. *Ansiedad y estrés*, 12(1).
- Gonzales, Tejeda, Espinoza y Ontiveros (2020) Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19. *SCIELO PREPRINTS* pp 6 Recuperado de <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/756/version/797>
- Hernández, S. R., Fernández, C. C. y Pilar Baptista L. (2006). *Metodología de la investigación*. México. Ed. Mc Graw Hill.
- Khan, S., & Siddique, R. (2020). li H, Ali A, Shereen MA, Bashir N, et al. *Impact of coronavirus outbreak on psychological health. J Glob Health*, 10(1), 010331. <https://doi.org/10.7189/jogh.10.010331>
- Kloster, G. E & Perrotta, D (2019) Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná. Argentina. Tesis de pregrado. Universidad Católica Argentina “Santa María de los Buenos Aires”. Obtenido de <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres-academico-estudiantes-universitarios.pdf>

La Motte, S. (2021). El 2020 fue un año récord para el estrés, especialmente para las madres. CNN. <https://cnnespanol.cnn.com/2021/07/21/2020-ano-record-estresespecialmente-madres-trax/>

Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona, España, Ediciones Martínez Roca.

Lazarus, R.S. y Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.

Lazarus, R.S. (1999). Esperanza: Una emoción y un recurso vital de afrontamiento contra la desesperación. *Investigaciones sociales*, 653-678.

Lazo, L.M. y Samaniego, S. J. (2021). *Autoestima y estrés académico en estudiantes de una institución pública de la provincia de Junín – 2021*. [Tesis de pregrado. Universidad Peruana los Andes]. Recuperado de: <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2900/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Loro, D (2020) Percepción de riesgo e impacto psicológico del COVID-19 durante el periodo de cuarentena en población boliviana. *Rev. Cient. Cienc. Med.* 24(1), 2. Recuperado de <https://rccm-umss.com/index.php/revistacientificacienciamedica/article/view/345/454>

Luna, J. (2019). *Correlación de Estres Academico y el rendimiento de los estuadiantes del quinto de secundaria del colegio Salesiano Don Bosco de Arequipa*, Arequipa [Tesis de Maestria, Universidad Nacional San Agustín]. Obtenido de

Martínez Díaz, E. S., & Díaz Gómez, D. A. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y educadores*, 10(2), 11-22.

Martínez Díaz, E. S., y Díaz Gómez, D. A. (2009). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación Y Educadores*, 10(2), 11–22. Recuperado a partir de <https://educacionyeducadores.unisabana.edu.co/index.php/eye/article/view/687>

- Maturana, H. A., Vargas, S. A. (2015). El estrés escolar. *Revista médica Clínica Las Condes*, 26(1), 34–41. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2015.02.003>
- McCubbin, M. y McCubbin, H. (1993). *Family coping with health crises: The resiliency model of family stress, adjustment and adaptation*. In C. Danielson, B. Hamel-Bissell, y P. Winstead-Fry (Eds.), *Families, health and illness*. New York: Mosby. Roca.
- Meneses, J., y Barrios, M. (2013). Psicometría. *Psicometría*, 1-273. [https://www.researchgate.net/profile/Julio-Meneses-2/publication/293121344\\_Psicometria/links/584a694408ae5038263d9532/Psicometria.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Julio-Meneses-2/publication/293121344_Psicometria/links/584a694408ae5038263d9532/Psicometria.pdf)
- Olsson. (2020) Fatiga por la Pandemia: Cómo Manejar el Agotamiento Provocado por la COVID-19. Recuperado de <https://www.bannerhealth.com/es/healthcareblog/better-me/pandemic-fatigue-how-to-manage-covid-19-burnout>
- Oroya Agurto, F. K., & Rodriguez Espinoza, S. W. (2019). *Estilos de vida y estrés académico en estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan-Huánuco*, 2017.
- Organización Mundial de la Salud. (2020). Pandemic Fatigue. Reinvigorating the public to prevent COVID -19. Recuperado de <https://apps.who.int/iris/handle/10665/335820>
- Palacios, J. J. & Taípe, G. (2020). *Estrés Académico en los adolescentes durante la pandemia covid-19 de dos instituciones educativas de la región Junín, 2020*. [Tesis de Pregrado. Universidad Peruana de los Andes]. Recuperado de: <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/3113/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Palomo, F (2021) *Estrés Académico en estudiantes universitarios utilizando la escala de estresores académicos*. [Tesis de posgrado, Universidad Cooperativa de



Colombia]. Recuperado de:  
[https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/36267/1/2021-Palomo-Estres\\_Academico\\_Estudiantes.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/36267/1/2021-Palomo-Estres_Academico_Estudiantes.pdf)

Pedraz-Petrozzi, B. (2018). Fatiga: historia, neuroanatomía y características psicopatológicas. Una revisión de la Literatura. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 81(3), 174-182.

Pérez J. & Merino, M. (2015) Agotamiento. Recuperado de:  
[\(https://definicion.de/agotamiento/](https://definicion.de/agotamiento/)

Picoy B. J. V. (2015). *Inteligencia emocional y estrés académico en los estudiantes de la facultad de Psicología de la universidad nacional Hermilio Valdizán-Huánuco, 2014*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Repositorio institucional:  
<https://repositorio.unheval.edu.pe/handle/20.500.13080/776>

Polo, A., Hernández, J. M. & Poza, C. (1996). Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios. *Ansiedad y estrés*, 2-3, 159-172.

Quispe, N. R. (2022). *Estrés académico en estudiantes de secundaria de una IE Pública, Cusco-2021*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Ica]. Archivo digital.

RAE, (2014). Diccionario de la Real Academia Española. Definición de fatiga. DRAE 22.ª, 2009. <http://lema.rae.es/drae/?val=estres>. <https://dle.rae.es/fatiga?m=form>

Ryan, R. y Deci, E. (2000). La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social, y el Bienestar. *Psicólogo estadounidense*, 55 (1), 68-78.

R. Mendoza de Elías, L. Sánchez Vargas y J. García Godínez. (2010). *Estrés aspectos sociales e impacto en la salud general y bucodental*, Juárez, Chihuahua: Universidad Autónoma de Ciudad Juárez.

- Revilla, M., & Soto, S. C. (2021). *Estrés académico y requisitos de autocuidado en estudiantes de enfermería en contexto Covid-19*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Trujillo]. Archivo digital. <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/18304/1997.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sánchez (2019). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la carrera de educación inicial de un instituto superior de educación de la ciudad de Chiclayo. UNIVERSIDAD SEÑOR DE SIPAN. Recuperado de <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/8674/S%C3%A1nchez%20Ugaz%20De%20Vera%2C%20Ketty%20Del%20Carmen.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sánchez, C. H., y Reyes M. C. (2009). *Metodología y diseños en la investigación científica*. Lima – Perú: Editorial Visión Universitaria.
- Sanchez, M. J. (2010). Estrés laboral. *Hidrogenesis*, Vol. 8(2) Recuperado el 21 de octubre de 2022, de <https://www.binasss.sa.cr/opac-ms/media/digitales/Estr%C3%A9s%20laboral.pdf>
- Sandín, B. (1995). El estrés. En A. Bellock, B. Sandín y F. Ramos, *Manual de Psicopatología*, Madrid: McGraw-Hill. Universidad Autónoma de Nuevo León, México
- Sapolsky, R. (2013). *¿Por qué las cebras no tienen úlcera?: La guía del estrés*. 3ra ed. Madrid, España: Alianza Editorial.
- Selye, H. (1956). *El estrés de la vida* .
- Slipak, O. E., y Hernández, M. (2007). *Estres laboral*. Alcmeon.
- Slipak, O.E. (s.f). Historia y concepto de estrés. *Revista argentina de Clínica Neuropsiquiátrica* ALCMEON, 3. Recuperado de [https://www.alcmeon.com.ar/1/3/a03\\_08.htm#:~:text=Estr%C3%A9s%20deriva](https://www.alcmeon.com.ar/1/3/a03_08.htm#:~:text=Estr%C3%A9s%20deriva)

%20del%20griego%20STRINGERE,%2C%20STRESSE%2C%20STREST%20y%20STRAISSE.

Stajnovic, M (2015). Percepción social de riesgo: una mirada general y aplicación a la comunicación de salud. *Revista de Comunicación y Salud*. 5, 96-107.

Torrades, S. (2007). Estrés y burn out. Definición y prevención. *ELSEVIER*, 26(10), 105.

Universidad de Chile, (20 de mayo de 2015). Reconocer, prevenir y afrontar el estrés académico. <https://uchile.cl/presentacion/centro-de-aprendizajecampus-sur/reconocer-prevenir-y-afrontar-el-estres-academico>

Witkin, G. (2000). *El Estrés Del Niño*. Barcelona, Editorial Mondadori. Recuperado de <https://www.iberlibro.com/ESTRES-NI%C3%91O-WITKIN-GEORGIA-Grijalbo-Mondadori/9684191760/bd>

**Anexo 01. Matriz de consistencia**

**TÍTULO: Estrés académico y Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022**

<b>PROBLEMA</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>HIPÓTESIS</b>	<b>VARIABLES</b>	<b>DEFINICIONES CONCEPTUALES</b>	<b>DEFINICIONES OPERACIONALES</b>	<b>METODOLOGÍA</b>
<p><b>Problema General</b></p> <p>¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I. E “La Victoria de Junín”, Junín-2022?</p> <p><b>Problemas específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•¿Cuál es la relación entre</li> </ul>	<p><b>Objetivo General</b></p> <p>Relacionar el estrés académico y la Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín” Junín-2022.</p> <p><b>Objetivos Específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Analizar la relación entre los estresores del estrés académico y la</li> </ul>	<p><b>Hipótesis General</b></p> <p>Existe relación significativa entre el estrés académico y la Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.</p> <p><b>Hipótesis Específicas</b></p> <p>Existe relación significativa entre los estresores del estrés académico y la</p>	<p><b>Variable A</b></p> <p>Estrés académico</p> <p><b>Dimensiones</b></p> <p>Estresores Síntomas Estrategias</p> <p><b>Instrumento</b></p> <p>Inventario SISCO de Estrés académico</p>	<p>Barraza (2007) define el estrés académico como un proceso sistémico que se manifiesta de manera adaptativa y psicológica cuando el alumno se ve sometido a diversas tareas y responsabilidades que son considerados estresores.</p>	<p>Se entiende por estrés académico, las respuestas a los estresores tales como la competencia entre compañeros, trabajos académicos, las evaluaciones y la complejidad de los temas, y el carácter del docente. Asimismo, los síntomas se entenderán como reacciones físicas como, por ejemplo, insomnio, pesadillas, dolores de cabeza, dolores abdominales, entre otros, reacciones psicológicas como lo son decaimiento, ansiedad, incapacidad de relajarse y concentración, de igual forma las reacciones comportamentales,</p>	<p><b>Tipo</b></p> <p>Descriptivo</p> <p>Sánchez y Reyes</p> <p><b>Nivel</b></p> <p>Descriptivo</p> <p>Sánchez y Reyes</p> <p><b>Diseño</b></p> <p>Correlacional</p> <p>Sánchez y Reyes</p> <p><b>Población</b></p> <p>La población la conformaran 161 adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Junín.</p> <p><b>Muestra</b></p> <p>Conformada por 113 adolescentes de una institución educativa</p>

<p>los estresores del estrés académico y la Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022?</p> <p>•¿Cuál es la relación entre los síntomas del estrés académico y la Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E. “La Victoria de Junín”, Junín-2022 ?</p> <p>•¿Cuál es la relación entre las estrategias del estrés académico y la Fatiga Pandémica en</p>	<p>Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E. “La Victoria de Junín”, Junín-2022.</p> <p>•Analizar la relación entre los síntomas del estrés académico y la Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.</p> <p>•Analizar la relación entre las estrategias del estrés académico y la Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de</p>	<p>Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022</p> <p>. Existe relación significativa entre los síntomas del estrés académico y la Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I. E. “La Victoria de Junín”, Junín-2022</p> <p>Existe relación significativa entre las estrategias del estrés académico y la Fatiga Pandémica en los estudiantes</p>	<p><b>Variable B</b></p> <p>Agotamiento Pandémico</p> <p><b>Dimensiones</b></p> <p>- Percepción de Riesgo - Desmotivación - Razones para no seguir con las restricciones</p> <p><b>Instrumento</b></p>	<p>Viene a ser la desmotivación de la población para cumplir con los comportamientos protectores y las medidas de seguridad recomendadas y además plantea una seria amenaza a los esfuerzos nacionales para controlar la</p>	<p>como lo son los conflictos, el aislamiento, el desgano y reducción del consumo de alimentos. finalmente se considera también las estrategias de afrontamiento que involucra las habilidades asertivas, elaboración de tareas, elogios, religiosidad y verbalización de la situación que los preocupa.</p> <p>El agotamiento pandémico se entenderá de acuerdo a los puntajes del cuestionario adaptado que le permitirá identificar niveles como el alto, medio bajo. se identificará la percepción de</p>	<p><b>Procesamiento de Información</b></p> <p>•Método: Observación</p> <p>•Técnica: Encuesta, psicometría</p> <p><b>Análisis Estadístico</b></p> <p>Descriptivo e Inferencial</p> <p>•Prueba de la R de Pearson o la Rho de Spearman previo análisis de normalidad de los datos.</p>
--	--	---	--	--	---	--

<p>los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022 ?</p>	<p>la I.E. “La Victoria de Junín”, Junín-2022.</p>	<p>del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”, Junín-2022.</p>	<p>Cuestionario de Fatiga Pandémica MAG (Adaptado)</p>	<p>propagación y efectos del virus.  (OMS, 2020).</p>	<p>riesgo, la desmotivación y las razones para no seguir con las restricciones que viene a ser reacciones frente a situaciones no resultas a las recomendaciones y restricciones del estado en el ámbito educativo.</p>	
--	--	---	--	---	---	--

## **Anexo 02. Consentimiento informado**

### **TITULO: “ESTRÉS ACADÉMICO Y FATIGA PANDÉMICA EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA DE LA I.E “LA VICTORIA DE JUNÍN”, JUNÍN-2022”**

Antes que decida participar usted necesita tener información para que decida su participación voluntaria en el mismo.

Investigadores:

- OROPEZA CONDOR, Sherly Katherin.
- REYES URBANO, Richer.
- SANDOVAL LEZAMETA, Briyit

#### **PROPÓSITO DE LA INVESTIGACIÓN**

Recoger información que permita obtener una información actualizada que beneficiará en el desarrollo de los participantes del presente estudio.

**RIESGOS Y BENEFICIOS DEL ESTUDIO:** No existen riesgos en el estudio de sufrir ningún tipo de daño físico, psicológico u otro.

#### **COSTO DE LA PARTICIPACION**

La participación en este estudio no tiene ningún costo para usted, puesto que todos los materiales a utilizar serán brindados por parte del investigador.

#### **PROCEDIMEINTO**

Se aplicarán los instrumentos psicométricos validados por vía remota o de ser el caso presencial, con previo consentimiento del padre o aperado del menor de edad. Cada instrumento no pasará de 30 minutos de aplicación.

#### **CONFIDENCIALIDAD**

Toda información obtenida en el estudio será completamente confidencial, solo el investigador conocerá los resultados y la información. En ninguna publicación se mencionará su nombre, pues la información que se recolecte será de forma anónima. Toda información o datos que puedan identificarla serán manejados confidencialmente asignándole un número a cada participante y este número se usará para el análisis, presentación de resultados, publicaciones, etc.

#### **DERECHO A RETIRARSE DEL ESTUDIO**

Usted tiene derecho a abstenerse de participar o retirarse del estudio en cualquier momento, sin ninguna penalidad o que represente alguna consecuencia negativa.

#### **DECLARACIÓN VOLUNTARIA**

Yo he sido informada de los objetivos del estudio, he conocido los riesgos, beneficios y la confidencialidad de la información obtenida. Entiendo que la

participación del estudio es gratuita. He sido informada de la forma como se realizará el estudio y de cómo se tomará los instrumentos de recolección de datos.

Estoy enterada también que puedo o no participar del estudio, y estando participando puedo retirarme del estudio en el momento en el que lo considere necesario sin que esto represente alguna penalidad o consecuencia negativa.

Por lo anterior acepto participar en la investigación, después de haber leído y discutido la información presentada en esta hoja de consentimiento.

Apellidos y Nombres:

.....

DNI: .....

Firma y Huella: .....

Huánuco, ..... de.....del 2022.



### Anexo 03. Instrumentos

#### A. VARIABLE 1:

Nombre: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Grado y Sección \_\_\_\_\_

Instrucciones: A continuación, le presentamos 31 preguntas en la cual deberá leer atentamente y responda con sinceridad.

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

Si ( ) No ( )

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

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

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>

**3.- En el siguiente cuadro señala con una X con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:**

	<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>Siempre</b>
3.1. La competencia con los compañeros del grupo.					
3.2. Sobrecarga de áreas y trabajos escolares					
3.3. La personalidad y el carácter del profesor					

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

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

<b>Reacciones físicas</b>					
	<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>Siempre</b>
4.1. Trastornos de sueño (insomnio o pesadillas)					
4.2. Fatiga crónica (cansancio permanente)					
4.3. Dolores de cabeza o migrañas					
4.4. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
4.5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
4.6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
<b>Reacciones psicológicas</b>					

	<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>Siempre</b>
4.7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
4.8. Sentimiento de depresión y tristeza (decaído)					
4.9. Ansiedad, angustia o desesperación					
4.10. Problemas de concentración.					
4.11. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
<b>Reacciones comportamentales</b>					
	<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>Siempre</b>
4.12. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
4.13. Aislamiento de los demás					
4.14. Desgano para realizar las labores escolares					
4.15. Aumento o reducción del consumo de alimentos.					

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

	<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>Siempre</b>
5.1. Habilidad asertiva (defender nuestra preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
5.2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.					
5.3. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa.					
5.4. Elogios a sí mismo.					
5.5. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).					
5.6. Búsqueda de información sobre la situación.					
5.7. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación.					
5.8. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupe).					

**B. VARIABLE 2:****CUESTIONARIO DE FATIGA PANDÉMICA**

<b>ÍTEMS</b>	<b>SIEMPRE</b>	<b>AVECES</b>	<b>NUNCA</b>
1. Cuando veo a un compañero sin mascarilla dentro de clases creo que es normal.			
2. Cuando un compañero que no mantiene la distancia social recomendada, creo que está bien.			
3. Cuando veo que el cafetín de la institución educativa no tiene aforo a la mitad (aforo al 50%) ¿igual lo visito?			
4. Uso el alcohol para desinfectar mis manos al menos en cada contacto con superficies o			
5. personas conocidas dentro de la institución educativa.			
6. Lavo o desinfecto mis manos por mi cuenta al ingresar al Institución educativa.			
7. Tengo menos sueño u objetivos que antes del inicio de la pandemia por Covid-19.			
8. Siento gran falta de energía y cansancio por realizar tareas escolares debido a las restricciones del "Anticovid".			
9. Deseo no asistir a clases y tomarme días de descanso debido a las restricciones escolares por la Anticovid.			
10. Siento que tengo pocas energías para estudiar en horas de clase.			
11. La idea de perder a un compañero o familiar querido, me da vueltas en la cabeza.			
12. Siento emociones negativas de pensar que faltaré a clases si contraigo el COVID-19.			
13. Tengo insomnio.			
14. El aislamiento social me parece desagradable.			
15. Siento nostalgia por no jugar y compartir con mis compañeros después de las clases.			
16. Tengo ganas de desestresarme (jugar, bailar, pasear) para manejar la ansiedad después de clases.			

**Anexo 04. Validación de los instrumentos**

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÀN DE HUÀNUCO**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**JUICIO DE EXPERTOS - TABLA 1**

TÍTULO : Inventario CISCO del Estrés Académico

INSTRUCCIONES : Le solicito evaluar cada ítem de acuerdo a las variables y dimensiones. Gracias

**1.- Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo? Si ( ) No ( )**

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

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

1	2	3	4	5

**1.- Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo? Si ( ) No ( )**

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

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

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>

Variable	Dimensiones	Preguntas	Alternativa	Juicio		
			Respuesta libre	SI	NO	
Estrés Académico	Estresores	1	La competencia con los compañeros del grupo.			
		2	Sobrecarga de áreas y trabajos escolares			
		3	La personalidad y el carácter del profesor			
		4	Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)			
		5	El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)			

			6	No entender los temas que se abordan en la clase.				
			7	Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)				
			8	Tiempo limitado para hacer el trabajo				
	Síntomas	Reacciones físicas		1	Trastornos de sueño (insomnio o pesadillas)			
				2	Fatiga crónica (cansancio permanente)			
				3	Dolores de cabeza o migrañas			
				4	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.			
				5	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.			
				6	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.			
		Reacciones psicológicas		1	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).			
				2	Sentimiento de depresión y tristeza (decaído)			
				3	Ansiedad, angustia o desesperación			
				4	Problemas de concentración.			
				5	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad			
		Reacciones Comportamentales		1	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir			
2	Aislamiento de los demás							
3	Desgano para realizar las labores escolares							
4	Aumento o reducción del consumo de alimentos.							



Estrategias de afrontamiento	1	Habilidad asertiva (defender nuestra preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)			
	2	Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.			
	3	Concentrarse en resolver la situación que me preocupa.			
	4	Elogios a sí mismo.			
	5	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).			
	6	Búsqueda de información sobre la situación.			
	7	Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación.			
	8	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupe).			

<b>EXPERTO</b>	<b>PROFESIÓN – GRADO</b>	<b>DNI</b>	<b>FIRMA</b>
<b>FECHA</b>			

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN**  
**INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS**

I. DATOS GENERALES

1.1.Apellidos y Nombres Del Informante: .....

1.2.Cargo e Institución Donde Labora: .....

1.3.Nombre Del Instrumento: .....

1.4.Autores Del Instrumento: .....

II. ASPECTOS DE VALIDACION

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	REGULAR	BUENA	MUY BUENA	EXCELENTE	TOTAL
1	<b>CLARIDAD</b>	Está formulado en lenguaje apropiado, cada ítem contiene una sola pregunta.					
2	<b>OBJETIVIDAD</b>	Está expresado en conductas observables.					
3	<b>SUFICIENCIA</b>	Comprende los aspectos en cantidad y calidad, tanto en preguntas como respuestas					

4	<b>CONSISTENCIA</b>	Basados en aspectos teóricos y científicos de la variable de estudio.						
5	<b>COHERENCIA</b>	Entre los ítems indicadores, variables y objetivos						
6	<b>PERTINENCIA</b>	Adecuada para aplicar a la población y muestra de estudio seleccionada.						
			Total, puntajes					
			Promedio de valoración					

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD.....  
 .....

---

**DNI:**.....  
**TELÉFONO:**.....

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN**

**INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS**

**I. DATOS GENERALES**


- 1.1. Apellidos y Nombres Del Informante: PATRICIA ROSAS TUETO
- 1.2. Cargo e Institución Donde Labora: I.E. "JOSE MARIA ARGUEDAS" - PSICOLOGA
- 1.3. Nombre Del Instrumento: I-E. "JOSE MARIA ARGUEDAS" DE SHUNQUI-LIPUNINCU
- 1.4. Autores Del Instrumento: Cisco de Esteo Académico

**II. ASPECTOS DE VALIDACION**

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	REGULAR	BUENA	MUY BUENA	EXCELENTE	TOTAL	
1	<b>CLARIDAD</b> Está formulado en lenguaje apropiado, cada ítem contiene una sola pregunta.					X		
2	<b>OBJETIVIDAD</b> Está expresado en conductas observables.				X			
3	<b>SUFICIENCIA</b> Comprende los aspectos en cantidad y calidad, tanto en preguntas como respuestas					X		
4	<b>CONSISTENCIA</b> Basados en aspectos teóricos y científicos de la variable de estudio.					X		
5	<b>COHERENCIA</b> Entre los ítems indicadores, variables y objetivos			X				
6	<b>PERTINENCIA</b> Adecuada para aplicar a la población y muestra de estudio seleccionada.				X			
		Total, puntajes						

		Puntaje de valoración	

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD..... *Aplicable* .....

  
*Patricia*  
Lic. Patricia Rojas Tucto  
PSICÓLOGA  
C.Ps.P. N° 45557

DNI:..... *42365984* .....

TELÉFONO:..... *929221341* .....

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN**

**INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS**

I. DATOS GENERALES

- 1.1. Apellidos y Nombres Del Informante: *Ely Rossi Presentacion Oyola*
- 1.2. Cargo e Institución Donde Labora: *Psicóloga de la I. E. San Juan Bautista - Huanaca*
- 1.3. Nombre Del Instrumento: *Inventario CISCO del estrés Académico*
- 1.4. Autores Del Instrumento: *Rojas Urbana Risher - Sandoval Isamata Brigit Malu - Oropesa Condor Shedy Kothsein*

II. ASPECTOS DE VALIDACION

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	REGULAR	BUENA	MUY BUENA	EXCELENTE	TOTAL	
1	<b>CLARIDAD</b> ✓ Está formulado en lenguaje apropiado, cada ítem contiene una sola pregunta.				X		4	
2	<b>OBJETIVIDAD</b> ✓ Está expresado en conductas observables.				X		4	
3	<b>SUFICIENCIA</b> ✓ Comprende los aspectos en cantidad y calidad, tanto en preguntas como respuestas				X		4	
4	<b>CONSISTENCIA</b> Basados en aspectos teóricos y científicos de la variable de estudio.					X	5	
5	<b>COHERENCIA</b> ✓ Entre los ítems indicadores, variables y objetivos					X	5	
6	<b>PERTINENCIA</b> Adecuada para aplicar a la población y muestra de estudio seleccionada.				X		4	
		Total, puntajes				16		26
		Puntaje de valoración						

		Puntaje de valoración	

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD... *El cuestionario de patija pandémica -HAG, cumple con los estándares para ser aplicado.*

  
DNI: 73005110

TELÉFONO: 991953502

## UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS

## I. DATOS GENERALES

- 1.1. Apellidos y Nombres Del Informante: Aguirre González Marín
- 1.2. Cargo e Institución Donde Labora: Psicólogo
- 1.3. Nombre Del Instrumento: CISCO - Esc. Académico
- 1.4. Autores Del Instrumento: .....

## II. ASPECTOS DE VALIDACION

		0	2	3	4	5		
INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	REGULAR	BUENA	MUY BUENA	EXCELENTE	TOTAL	
1	<b>CLARIDAD</b> Está formulado en lenguaje apropiado, cada ítem contiene una sola pregunta.					2		
2	<b>OBJETIVIDAD</b> Está expresado en conductas observables.					2		
3	<b>SUFICIENCIA</b> Comprende los aspectos en cantidad y calidad, tanto en preguntas como respuestas					2		
4	<b>CONSISTENCIA</b> Basados en aspectos teóricos y científicos de la variable de estudio.					2		
5	<b>COHERENCIA</b> Entre los ítems indicadores, variables y objetivos					2		
6	<b>PERTINENCIA</b> Adecuada para aplicar a la población y muestra de estudio seleccionada.					2		
		Total, puntajes						
		Puntaje de valoración						



		Puntaje de valoración	

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD.....

.....

  
Marvin Aguero Gonzalez  
PSICOLOGO  
C.P. 26077

DNI: 45781615

TELÉFONO: 970089580

“AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL”

UNIVERSIDAD NACIONAL  
“HERMILIO VALDIZÁN”

---

Cayhuayna, 21 de octubre del 2022

**OFICIO N° 001-2022-RTP.POER-FACPSIC-UNHEVAL**

**Directora :**

**Asunto :** Aplicar Inventario CISCO del Estrés Académico

**Presente :**

Tenemos el agrado de dirigirnos a usted para saludarlo cordialmente y a la vez solicitarle la validación del instrumento de mi proyecto de investigación que estoy desarrollando sobre: Estrés académico y Fatiga Pandémica en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E “La Victoria de Junín”.

En tal sentido voy a agradecer su colaboración, para lo cual adjunto la matriz conceptual de las variables de las fichas de validación.

Sin otro en particular, es propicia la oportunidad para expresarle mi consideración.

Atentamente

---

Briyit Malu, Sandoval Lezameta

71097787

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÀN DE HUÀNUCO**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**JUICIO DE EXPERTOS - TABLA 2**

**TÍTULO :** CUESTIONARIO DE AGOTAMIENTO PANDEMICO – MAG

**INSTRUCCIONES :** Le solicito evaluar cada ítem de acuerdo a las variables y dimensiones. Gracias

Variable	Dimensiones	Preguntas		Alternativa	Juicio	
				Respuesta libre	SI	N O
Fatiga Pandémica	Percepción de Riego	1	Cuando veo a un compañero sin mascarilla dentro de clases creo que es normal.			
		2	Cuando un compañero que no mantiene la distancia social recomendada, creo que está bien.			
		3	Cuando veo que el cafetín de la institución educativa no tiene aforo a la mitad (aforo al 50%) ¿igual lo visito?			
		4	Uso el alcohol para desinfectar mis manos al menos en cada contacto con superficies o personas conocidas dentro de la institución educativa.			

	Desmotivación	5	Lavo o desinfecto mis manos por mi cuenta al ingresar al Institución educativa.			
		1	Tengo menos sueño u objetivos que antes del inicio de la pandemia por Covid-19.			
		2	Siento gran falta de energía y cansancio por realizar tareas escolares debido a las restricciones del “Anticovid”.			
		3	Deseo no asistir a clases y tomarme días de descanso debido a las restricciones escolares por la Anticovid.			
		4	Siento que tengo pocas energías para estudiar en horas de clase.			
	Razones para no seguir con las restricciones	1	La idea de perder a un compañero o familiar querido, me da vueltas en la cabeza.			
		2	Siento emociones negativas de pensar que faltaré a clases si contraigo el COVID-19.			
		3	Tengo insomnio.			
		4	El aislamiento social me parece desagradable.			
		5	Siento nostalgia por no jugar y compartir con mis compañeros después de las clases.			
		6	Tengo ganas de desestresarme (jugar, bailar, pasear) para manejar la ansiedad después de clases.			

<b>EXPERTO</b>	<b>PROFESIÓN - GRADO</b>	<b>DNI</b>	<b>FIRMA</b>
<b>FECHA</b>			

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN**  
**INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS**

**I. DATOS GENERALES**

- 1.1.Apellidos y Nombres Del Informante: .....
- 1.2.Cargo e Institución Donde Labora: .....
- 1.3.Nombre Del Instrumento: .....
- 1.4.Autores Del Instrumento: .....

**II. ASPECTOS DE VALIDACION**

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	REGULAR	BUENA	MUY BUENA	EXCELENTE	TOTAL
1	<b>CLARIDAD</b> Está formulado en lenguaje apropiado, cada ítem contiene una sola pregunta.						
2	<b>OBJETIVIDAD</b> Está expresado en conductas observables.						
3	<b>SUFICIENCIA</b> Comprende los aspectos en cantidad y calidad, tanto en preguntas como respuestas						
4	<b>CONSISTENCIA</b> Basados en aspectos teóricos y científicos de la variable de estudio.						

5	<b>COHERENCIA</b>	Entre los ítems indicadores, variables y objetivos						
6	<b>PERTINENCIA</b>	Adecuada para aplicar a la población y muestra de estudio seleccionada.						
			Total, puntajes					
			Puntaje de valoración					

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD.....

---

DNI:.....

TELÉFONO:.....

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN**  
**INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS**

I. DATOS GENERALES


- 1.1. Apellidos y Nombres Del Informante: Rojas Tucto Patricia
- 1.2. Cargo e Institución Donde Labora: Psc. I.E. "Jose María Arguedas"
- 1.3. Nombre Del Instrumento: Fatega Pandémica - MAG
- 1.4. Autores Del Instrumento: Marvin Aguirre Gonzales

II. ASPECTOS DE VALIDACION

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	REGULAR	BUENA	MUY BUENA	EXCELENTE	TOTAL	
1	<b>CLARIDAD</b> Está formulado en lenguaje apropiado, cada ítem contiene una sola pregunta.				X			
2	<b>OBJETIVIDAD</b> Está expresado en conductas observables.				X			
3	<b>SUFICIENCIA</b> Comprende los aspectos en cantidad y calidad, tanto en preguntas como respuestas					X		
4	<b>CONSISTENCIA</b> Basados en aspectos teóricos y científicos de la variable de estudio.				X			
5	<b>COHERENCIA</b> Entre los ítems indicadores, variables y objetivos					X		
6	<b>PERTINENCIA</b> Adecuada para aplicar a la población y muestra de estudio seleccionada.					X		
		Total, puntajes						
		Puntaje de valoración						



III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD..... Aplicable.....

  
Lic. Patricia Rojas Tucto  
PSICÓLOGA  
C.Ps.P. N° 45557

DNI: 42308984

TELÉFONO: 929221341

## UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS

## I. DATOS GENERALES

- 1.1. Apellidos y Nombres Del Informante: *Ely Rossi Presentaun Oyola*
- 1.2. Cargo e Institución Donde Labora: *Psicóloga del San Juan Bautista - Huaríaca*
- 1.3. Nombre Del Instrumento: *Cuestionario de Fatiga Pandémica - MAG*
- 1.4. Autores Del Instrumento: *Royce Urbano Risher - Sandoval Laramata Brigit Malu - Oropeza Conda Sherly Katherin.*

## II. ASPECTOS DE VALIDACION

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	REGULAR	BUENA	MUY BUENA	EXCELENTE	TOTAL	
1	<b>CLARIDAD</b> Está formulado en lenguaje apropiado, cada ítem contiene una sola pregunta.				X			
2	<b>OBJETIVIDAD</b> Está expresado en conductas observables.					X		
3	<b>SUFICIENCIA</b> Comprende los aspectos en cantidad y calidad, tanto en preguntas como respuestas			X				
4	<b>CONSISTENCIA</b> Basados en aspectos teóricos y científicos de la variable de estudio.					X		
5	<b>COHERENCIA</b> Entre los ítems indicadores, variables y objetivos				X			
6	<b>PERTINENCIA</b> Adecuada para aplicar a la población y muestra de estudio seleccionada.				X			
		Total, puntajes						

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD. El inventario CISCO del estres académico, se encuentra en condiciones para ser aplicado al sujeto de investigación.



DNI: 75005110

TELÉFONO: 991953502

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN**  
**INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS**

I. DATOS GENERALES

1.1. Apellidos y Nombres Del Informante: ..... *Aguirre Gonzalez Moron* .....

1.2. Cargo e Institución Donde Labora: ..... *Psicólogo* .....

1.3. Nombre Del Instrumento: ..... *Fatiga Pandémica - MAS* .....

1.4. Autores Del Instrumento: .....

II. ASPECTOS DE VALIDACION

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	REGULAR	BUENA	MUY BUENA	EXCELENTE	TOTAL	
1	<b>CLARIDAD</b> Está formulado en lenguaje apropiado, cada ítem contiene una sola pregunta.				<i>ⓧ</i>			
2	<b>OBJETIVIDAD</b> Está expresado en conductas observables.					<i>ⓧ</i>		
3	<b>SUFICIENCIA</b> Comprende los aspectos en cantidad y calidad, tanto en preguntas como respuestas					<i>ⓧ</i>		
4	<b>CONSISTENCIA</b> Basados en aspectos teóricos y científicos de la variable de estudio.					<i>ⓧ</i>		
5	<b>COHERENCIA</b> Entre los ítems indicadores, variables y objetivos				<i>ⓧ</i>			
6	<b>PERTINENCIA</b> Adecuada para aplicar a la población y muestra de estudio seleccionada.					<i>ⓧ</i>		
		Total, puntajes						

		Puntaje de valoración	

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD.....

.....

  
Marvin Aguilar Gonzalez  
PSICOLOGO  
C.P.P. 20077

DNI: 45781615

TELÉFONO: 970089580

## B. VALIDEZ A NIVEL LOCAL DEL INSTRUMENTOS DE LA VARIABLE FATIGA PANDÉMICA (Aguirre, 2022)

*Validez de acuerdo al promedio obtenido del Agotamiento Cuestionario pandémico*

En la tabla, se obtuvo un promedio total del 3.6 equivalente al 90% de pertinencia lo que indicaría que según los expertos el instrumento si cuenta con el rigor científico para la recolección de datos, indicando la validez en su coherencia, relevancia, suficiencia y claridad. De igual forma, en la tabla 8, cabe mencionar que la valoración según el Análisis de la “V de Aiken”, los Ítems son iguales o mayores a 0.8 lo que indica la validez en su coherencia, relevancia, suficiencia y claridad.

Jueces expertos	Criterios evaluados				Promedio
	Relevancia	Coherencia	Suficiencia	Claridad	
Mg, Percy Ito Aguilar	3.93	3.8	3.8	3.8	3.83
Mg Deicy F. Rivera Osorio	3.46	3.73	3.8	3.3	3.6
Mg. Laura Cristobal Valdez	3.8	3.7	3.6	3.5	3.6
Mg, Larry F. Acencio Malpartida	3.8	3.6	3.6	3.4	3.6
Mg, Serninian F. Vega León	3.8	3.7	3.7	3.7	3.7
<b>Total promedio</b>	<b>3.7</b>	<b>3.7</b>	<b>3.7</b>	<b>3.5</b>	<b>3.6</b>

## V de Aiken obtenido del Cuestionario Agotamiento

ITEMS	JUEZ 1	JUEZ 2	JUEZ 3	JUEZ 4	JUEZ 5	PROMEDIO	SUMA	AIKEN	Intervalo de confianza SCORT	CUALITATIVO
1	3.75	4	4	3.75	3.75	3.85	19.25	0.9625	0.9	VÁLIDO
2	3.75	3.75	3.5	3	3.25	3.45	17.25	0.8625	0.8	VÁLIDO
3	4	3	3	3.75	4	3.55	17.75	0.8875	0.8	VÁLIDO
4	4	4	4	4	4	4	20	1	1.0	VÁLIDO
5	4	4	3.75	3.25	3.25	3.65	18.25	0.9125	0.9	VÁLIDO
6	4	4	4	3.25	4	3.85	19.25	0.9625	0.9	VÁLIDO
7	4	3	3	3.75	4	3.55	17.75	0.8875	0.8	VÁLIDO
8	4	3	3.25	3.5	3.75	3.5	17.5	0.875	0.8	VÁLIDO
9	4	4	3.5	3.5	3.75	3.75	18.75	0.9375	0.9	VÁLIDO
10	3	3.75	4	4	4	3.75	18.75	0.9375	0.9	VÁLIDO
11	3	3.5	3.25	4	4	3.55	17.75	0.8875	0.8	VÁLIDO
12	4	4	3.5	4	4	3.9	19.5	0.975	0.9	VÁLIDO
13	4	4	3.75	3.25	3.75	3.75	18.75	0.9375	0.9	VÁLIDO
14	3.75	3.75	3.75	3	3.75	3.6	18	0.9	0.8	VÁLIDO
15	3	3.75	3.5	3.5	3.75	3.5	17.5	0.875	0.8	VÁLIDO

### CONFIABILIDAD – Fatiga Pandémica MAG

Se consideró necesario realizar la confiabilidad en la realidad local (Huánuco) del instrumento de la variable fátiga Pandémica, el cual se procesó a través del alfa de Cronbach. Para tal efecto se aplicó el cuestionario a una muestra piloto con características similares a nuestra muestra y luego se procesó a través del coeficiente mencionado.

#### b) Reemplazando en la fórmula:

$$\alpha = \frac{K}{K - 1} \left( 1 - \frac{\sum s_j^2}{S_x^2} \right)$$

#### Dónde:

K= número de ítems

$S_j^2$ = suma de varianza de todos los ítems:

$S_x^2$ = varianza total.

#### *Índice del Cuestionario Fatiga Pandémica*

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N° de elementos
0,809	15

Según el Alfa de Cronbach, se obtuvo como resultado 0,809 esto nos indica una correlación positiva muy alta, se encuentra dentro del punto de corte aceptado para los instrumentos de investigación.



### Anexo 05. Confiabilidad de los instrumentos

#### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,687	,844	4

#### Estadísticas de escala

Media	Varianza	Desv. Desviación	N de elementos
74,91	706,456	26,579	4

#### Matriz de correlaciones entre elementos

	ESTRÉS ACADÉMICO	Estresores	Dim. Síntomas	Estrategia de Afront.
ESTRÉS ACADÉMICO	1,000	,632	,527	,547
Estresores	,632	1,000	,721	,572
Dim. Síntomas	,527	,721	1,000	,456
Estrategia de Afront.	,547	,572	,456	1,000

#### Matriz de covarianzas entre elementos

	ESTRÉS ACADÉMICO	Estresores	Dim. Síntomas	Estrategia de Afront.
ESTRÉS ACADÉMICO	,538	3,498	5,747	3,199
Estresores	3,498	57,052	81,037	34,418
Dim. Síntomas	5,747	81,037	221,401	54,090
Estrategia de Afront.	3,199	34,418	54,090	63,488

### **Nota bibliográfica**

La Bachiller en Psicología, OROPEZA CONDOR, SHERLY KATHERIN, nació el 30 de Marzo de 1 995, en el distrito de Junín, provincia de Junín, región Junín, cursó sus estudios primarios en la hoy Institución Educativa Integrado “LIBERTADOR SIMÓN BOLIVAR” egresando en el año 2006, el nivel secundario lo realizó en la Institución Educativa JEC “LA VICTORIA DE JUNÍN”, saliendo de promoción en el año de 2011, posteriormente cursó sus estudios superiores la carrera profesional de Psicología en la Universidad Nacional “Hermilio Valdizán” de la ciudad de Huánuco.

Inició sus estudios superiores el año 2015 hasta finales del 2021, toda su experiencia académica le llevo a plantearse temas relevantes de diferentes áreas, decidiendo investigar sobre el “ESTRÉS ACADÉMICO Y FATIGA PANDÉMICA EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA DE LA I.E “LA VICTORIA DE JUNÍN”, JUNÍN-2022”, los cuales fueron de impacto significativo de todo lo que aprendió gracias a la guía de los catedráticos universitarios.

El Bachiller en Psicología, REYES URBANO, RICHER nació el 03 de Noviembre de 1 992, en el distrito de Miraflores, provincia de Huamalíes, región Huánuco, cursó sus estudios primarios en la hoy Institución Educativa 32412 - PUNCHAO egresando en el año 2004, el nivel secundario lo realizó en el Colegio Nacional de PUNCHAO del distrito de PUNCHAO, saliendo de promoción en el año de 2009, posteriormente cursó sus estudios superiores la carrera profesional de Psicología en la Universidad Nacional “Hermilio Valdizán” de la ciudad de Huánuco.

Inició sus estudios superiores el año 2015 hasta finales del 2021, toda su experiencia académica le llevo a plantearse temas relevantes de diferentes áreas, decidiendo investigar sobre el “ESTRÉS ACADÉMICO Y FATIGA PANDÉMICA EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA DE LA I.E “LA VICTORIA DE JUNÍN”, JUNÍN-2022”, los cuales fueron de impacto significativo de todo lo que aprendió gracias a la guía de los catedráticos universitarios.

El Bachiller en Psicología, SANDOVAL LEZAMETA, BRIYIT MALU. Nació el 24 de Mayo de 1 996, en el distrito de Mariano Dámaso Beraún, provincia de Leoncio Prado, región Huánuco, cursó sus estudios primarios en la hoy Institución Educativa SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS - CONCEPCIÓN egresando en el año 2007, el nivel secundario lo realizó en la “ I.E. JUANA MORENO” del distrito de Huánuco, saliendo de promoción en el año de 2012, posteriormente cursó sus estudios superiores la carrera profesional de Psicología en la Universidad Nacional “Hermilio Valdizán” de la ciudad de Huánuco.

Inició sus estudios superiores el año 2015 hasta finales del 2021, toda su experiencia académica le llevo a plantearse temas relevantes de diferentes áreas, decidiendo investigar sobre el “ESTRÉS ACADÉMICO Y FATIGA PANDÉMICA EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA DE LA I.E “LA VICTORIA DE JUNÍN”, JUNÍN-2022”, los cuales fueron de impacto significativo de todo lo que aprendió gracias a la guía de los catedráticos universitarios.



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN -HUANUC  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
DECANATO



ACTA DE SUSTENTACION DE TESIS PARA OPTAR EL TITULO  
PROFESIONAL DE LICENCIADO(A) EN PSICOLOGÍA

En la ciudad Universitaria a los...14.....días del mes de setiembre del 2023, siendo las 3:30 p.m., se reunieron en el Auditorio de la Facultad de Psicología, los Miembros integrantes del Jurado Examinador de la Tesis, titulada: "**ESTRÉS ACADÉMICO Y FATIGA PANDEMICA EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA DE LA I.E. "LA VICTORIA DE JUNIN" - JUNIN 2022**", de los Bachilleres **SHERLY KATHERIN OROPEZA CONDOR, RICHER REYES URBANO y BRIYIT MALU SANDOVAL LEZAMETA**, teniendo como Asesora de tesis a la Mg. Elizabeth Chávez Huamán, procedieron a dar inicio al acto de sustentación de tesis para el otorgamiento del título de Licenciado(a) en Psicología, siendo los Miembros del Jurado los siguientes:

- Dra. **JEANETTE SUSANA MENDOZA LOLI** PRESIDENTE
- Mg. **YESSICA MARIA RIVERA MANSILLA** SECRETARIA
- Mg. **LEO CISNEROS MARTINEZ** VOCAL

Finalizada la sustentación de la tesis, se procedió a deliberar y verificar la calificación, habiendo obtenido las notas y el resultado siguiente:

TITULANDOS	1° Miembro	2° Miembro	3° Miembro	Prom. Final
OROPEZA CONDOR, SHERLY KATHERIN	14	14	14	14
SANDOVAL LEZAMETA, BRIYIT MALU	15	15	15	15
REYES URBANO, RICHER	14	14	14	14

OBSERVACIONES:

Se da por concluido, el Acto de Sustentación de la Tesis a horas 05.25 p.m., en fe de lo cual firmamos.

PRESIDENTE

SECRETARIO

VOCAL



Universidad Nacional "Hermilio Valdizán" de Huánuco



Facultad de Psicología

UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

**CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DEL TEMA N° 035-2023-DUI-  
FAPSIC-UNHEVAL**

Que en atención a lo solicitado por el asesor de tesis y en virtud del informe presentado de Conformidad y Originalidad del tema de investigación, se hace Constar que:

La investigación titulada: **ESTRÉS ACADÉMICO Y FATIGA PANDÉMICA EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA DE LA I.E "LA VICTORIA DE JUNÍN", JUNÍN-2022**; presentado por los Bachs.; **OROPEZA CÓNDROR SHERLY KATHERIN; REYES URBANO RICHER SANDOVAL; LEZAMETA BRIYIT MALU**, presenta **ORIGINALIDAD** respecto al tema de investigación.

Se expide la presente **CONSTANCIA** a solicitud de los interesados para los fines pertinentes.

Huánuco, 08 de setiembre de 2023.

**Dra. Flor María Ayala Albites**  
**Directora de la Unidad de**  
**Investigación**  
**Facultad de Psicología**



Universidad Nacional "Hermilio Valdizán" de Huánuco



Facultad de Psicología  
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

## CONSTANCIA DE CONTROL ANTIPLAGIO N° 035-2023-DUI-FAPSI-UNHEVAL

Que en atención a lo solicitado por la asesora de tesis y en virtud del informe presentado de Conformidad y Control Anti plagio se hace constar que:

La investigación titulada: **"ESTRÉS ACADÉMICO Y FATIGA PANDÉMICA EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA DE LA I.E "LA VICTORIA DE JUNÍN", JUNÍN-2022"**; presentada por los bachilleres: **OROPEZA CÓNDOR SHERLY KATHERIN; REYES URBANO RICHER; SANDOVAL LEZAMETA BRIYIT MALU** ; presenta un índice de similitud de **16%** según lo verificado en el reporte del análisis del Software Turnitin (informe anexo).

Por lo anterior, se concluye que las coincidencias no exceden el máximo de porcentaje permitido establecido en el Reglamento general de Grados y Títulos vigente de la UNHEVAL. (Art. 5, segunda parte, inciso h).

Se expide la presente CONSTANCIA a solicitud de los interesados para los fines pertinentes (se adjunta informe).

Huánuco, 08 de setiembre de 2023

DRA. FLOR MARÍA AYALA ALBITES  
DIRECTORA DE LA UNIDAD INVESTIGACIÓN  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

NOMBRE DEL TRABAJO

**ESTRÉS ACADÉMICO Y FATIGA  
PANDÉMICA EN LOS ESTUDIANTES  
DEL NIVEL SECUNDARIA DE LA I.E.  
LA VICTORIA DE JUNÍN, JUNÍN - 2022**

AUTOR

**OROPEZA CONDOR, SHERLY K.  
REYES URBANO, RICHER.  
SANDOVAL LEZAMETA, BRIYIT M.**

RECUENTO DE PALABRAS

**21354 Words**

RECUENTO DE CARACTERES

**120948 Characters**

RECUENTO DE PÁGINAS

**136 Pages**

TAMAÑO DEL ARCHIVO

**6.1MB**

FECHA DE ENTREGA

**Sep 7, 2023 12:25 PM GMT-5**

FECHA DEL INFORME

**Sep 7, 2023 12:27 PM GMT-5****● 16% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base

- 13% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 12% Base de datos de trabajos entregados
- 6% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Cross

**● Excluir del Reporte de Similitud**

- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 15 palabras)

## AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DIGITAL Y DECLARACIÓN JURADA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR UN GRADO ACADÉMICO O TÍTULO PROFESIONAL

**1. Autorización de Publicación:** (Marque con una "X")

Pregrado	<input checked="" type="checkbox"/>	Segunda Especialidad		Posgrado:	Maestría		Doctorado
----------	-------------------------------------	----------------------	--	-----------	----------	--	-----------

Pregrado (tal y como está registrado en SUNEDU)

Facultad	PSICOLOGÍA
Escuela Profesional	PSICOLOGÍA
Carrera Profesional	PSICOLOGÍA
Grado que otorga	
Título que otorga	LICENCIADO (A) EN PSICOLOGÍA

Segunda especialidad (tal y como está registrado en SUNEDU)

Facultad	
Nombre del programa	
Título que Otorga	

Posgrado (tal y como está registrado en SUNEDU)

Nombre del Programa de estudio	
Grado que otorga	

**2. Datos del Autor(es):** (Ingrese todos los datos requeridos completos)

Apellidos y Nombres:	SHERLY KATHERIN OROPEZA CONDOR						
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	Nro. de Celular:	942802545
Nro. de Documento:	70131395			Correo Electrónico:		sherlyhirosy@gmail.com	

Apellidos y Nombres:	REYES URBANO RICHER						
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	Nro. de Celular:	959536622
Nro. de Documento:	47477919			Correo Electrónico:		richerurbano@gmail.com	

Apellidos y Nombres:	SANDOVAL LEZAMETA BRIYIT MALU						
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	Nro. de Celular:	989904022
Nro. de Documento:	71097787			Correo Electrónico:		briyitmalu2496@gmail.com	

**3. Datos del Asesor:** (Ingrese todos los datos requeridos completos según DNI, no es necesario indicar el Grado Académico del Asesor)

¿El Trabajo de Investigación cuenta con un Asesor?: (marque con una "X" en el recuadro del costado, según corresponda)	SI	<input checked="" type="checkbox"/>	NO				
Apellidos y Nombres:	CHAVEZ HUAMAN ELIZABETH		ORCID ID:	0000-0003-1474-3510			
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	Nro. de documento:	22475926

**4. Datos del Jurado calificador:** (Ingrese solamente los Apellidos y Nombres completos según DNI, no es necesario indicar el Grado Académico del Jurado)

Presidente:	MENDOZA LOLI JEANETTE
Secretario:	RIVERA MANSILLA YESSICA
Vocal:	CISNEROS MARTINEZ LEO
Vocal:	
Vocal:	
Accesitario	





**5. Declaración Jurada:** *(Ingrese todos los datos requeridos completos)*

a) Soy Autor (a) (es) del Trabajo de Investigación Titulado: *(Ingrese el título tal y como está registrado en el Acta de Sustentación)*

ESTRÉS ACADÉMICO Y FATIGA PANDÉMICA EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA DE LA I.E "LA VICTORIA DE JUNÍN", JUNÍN - 2022

b) El Trabajo de Investigación fue sustentado para optar el Grado Académico ó Título Profesional de: *(tal y como está registrado en SUNEDU)*

LICENCIADO (A) EN PSICOLOGÍA

c) El Trabajo de investigación no contiene plagio (ninguna frase completa o párrafo del documento corresponde a otro autor sin haber sido citado previamente), ni total ni parcial, para lo cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias.

d) El trabajo de investigación presentado no atenta contra derechos de terceros.

e) El trabajo de investigación no ha sido publicado, ni presentado anteriormente para obtener algún Grado Académico o Título profesional.

f) Los datos presentados en los resultados (tablas, gráficos, textos) no han sido falsificados, ni presentados sin citar la fuente.

g) Los archivos digitales que entrego contienen la versión final del documento sustentado y aprobado por el jurado.

h) Por lo expuesto, mediante la presente asumo frente a la Universidad Nacional Hermilio Valdizan (en adelante LA UNIVERSIDAD), cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido del Trabajo de Investigación, así como por los derechos de la obra y/o invención presentada. En consecuencia, me hago responsable frente a LA UNIVERSIDAD y frente a terceros de cualquier daño que pudiera ocasionar a LA UNIVERSIDAD o a terceros, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar causas en la tesis presentada, asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello. Asimismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse para LA UNIVERSIDAD en favor de terceros con motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraren causa en el contenido del trabajo de investigación. De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan.

**6. Datos del Documento Digital a Publicar:** *(Ingrese todos los datos requeridos completos)*

Ingrese solo el año en el que sustentó su Trabajo de Investigación: <i>(Verifique la Información en el Acta de Sustentación)</i>				2023
Modalidad de obtención del Grado Académico o Título Profesional: <i>(Marque con X según Ley Universitaria con la que inició sus estudios)</i>	Tesis	X	Tesis Formato Artículo	Tesis Formato Patente de Invención
	Trabajo de Investigación		Trabajo de Suficiencia Profesional	Tesis Formato Libro, revisado por Pares Externos
	Trabajo Académico		Otros <i>(especifique modalidad)</i>	
Palabras Clave: <i>(solo se requieren 3 palabras)</i>	ESTRÉS	FATIGA	PANDÉMICA	

Tipo de Acceso: <i>(Marque con X según corresponda)</i>	Acceso Abierto	X	Condición Cerrada (*)	
	Con Periodo de Embargo (*)		Fecha de Fin de Embargo:	







¿El Trabajo de Investigación, fue realizado en el marco de una Agencia Patrocinadora? <i>(ya sea por financiamientos de proyectos, esquema financiero, beca, subvención u otras; marcar con una "X" en el recuadro del costado según corresponda):</i>	SI	NO	X
--	----	----	---

Información de la Agencia Patrocinadora:

El trabajo de investigación en digital y físico tienen los mismos registros del presente documento como son: Denominación del programa Académico, Denominación del Grado Académico o Título profesional, Nombres y Apellidos del autor, Asesor y Jurado calificador tal y como figura en el Documento de Identidad, Título completo del Trabajo de Investigación y Modalidad de Obtención del Grado Académico o Título Profesional según la Ley Universitaria con la que se inició los estudios.

### 7. Autorización de Publicación Digital:

A través de la presente. Autorizo de manera gratuita a la Universidad Nacional Hermilio Valdizán a publicar la versión electrónica de este Trabajo de Investigación en su Biblioteca Virtual, Portal Web, Repositorio Institucional y Base de Datos académica, por plazo indefinido, consintiendo que con dicha autorización cualquier tercero podrá acceder a dichas páginas de manera gratuita pudiendo revisarla, imprimirla o grabarla siempre y cuando se respete la autoría y sea citada correctamente. Se autoriza cambiar el contenido de forma, más no de fondo, para propósitos de estandarización de formatos, como también establecer los metadatos correspondientes.

Firma:			
Apellidos y Nombres:	OROPEZA CONDOR SHERLY KATHERIN		Huella Digital
DNI:	70131395		
Firma:			
Apellidos y Nombres:	REYES URBANO RICHER		Huella Digital
DNI:	47477919		
Firma:			
Apellidos y Nombres:	SANDOVAL LEZAMETA BRIYIT MALU		Huella Digital
DNI:	71097787		
Fecha: 16/10/2023			

### Nota:

- ✓ No modificar los textos preestablecidos, conservar la estructura del documento.
- ✓ Marque con una X en el recuadro que corresponde.
- ✓ Llenar este formato de forma digital, con tipo de letra **calibri**, **tamaño de fuente 09**, manteniendo la alineación del texto que observa en el modelo, sin errores gramaticales (*recuerde las mayúsculas también se tildan si corresponde*).
- ✓ La información que escriba en este formato debe coincidir con la información registrada en los demás archivos y/o formatos que presente, tales como: DNI, Acta de Sustentación, Trabajo de Investigación (PDF) y Declaración Jurada.
- ✓ Cada uno de los datos requeridos en este formato, es de carácter obligatorio según corresponda.