



ANEXO 1

FORMATO PARA LA PRESENTACIÓN DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN
CON EL FINANCIAMIENTO DEL FEDU

1. Título del proyecto

Estrés académico en tiempo de COVID 19 en estudiantes universitarios de la ciudad de Puno. 2021

2. Área de Investigación

Área de investigación	Línea de Investigación	Disciplina OCDE
	Salud Mental	

3. Duración del proyecto (meses)

12

4. Tipo de proyecto

<u>Individual</u>	<input checked="" type="radio"/>
<u>Multidisciplinario</u>	<input type="radio"/>
<u>Director de tesis pregrado</u>	<input type="radio"/>

4. Datos de los integrantes del proyecto

Apellidos y Nombres	Neyra Menéndez Ricardo Darío
Escuela Profesional	Dpto. Académico de Humanidades -Facultad de Ciencias Sociales
Celular	950903002
Correo Electrónico	rneyra@unap.edu.pe

- I. Título (El proyecto de tesis debe llevar un título que exprese en forma sintética su contenido, haciendo referencia en lo posible, al resultado final que se pretende lograr. Máx. palabras 25)

Estrés académico en tiempo de COVID 19 en estudiantes universitarios de la ciudad de Puno. 2021

- II. Resumen del Proyecto de Tesis (Debe ser suficientemente informativo, presentando -igual que un trabajo científico- una descripción de los principales puntos que se abordarán, objetivos, metodología y resultados que se esperan)

El contexto universitario, es un entorno dispuesto para la presentación de circunstancias estresantes, que afligen a los estudiantes dependiendo de la tolerancia que tengan ante el estrés y la capacidad de contrarrestarlos, en consecuencia, las manifestaciones físicas y psicológicas pueden presentarse con mayor frecuencia e intensidad de un estudiante a otro, sin dejar atrás el elemento emocional, un factor



determinante en la respuesta ante el estrés. Según Barraza (2003) el estrés académico, es aquel que padece los alumnos de educación superior y que tiene como fuente exclusiva a estresores relacionados con las actividades que van a desarrollar en el ámbito universitario; nos imaginamos, si a esta situación lo asociamos con los eventos actuales, presencia de COVID 19, pandemia, inmovilización social obligatoria, actividades académicas no presenciales, sesiones de clases síncronas y asíncronas, conectividad al internet no muy adecuada, la mayor posibilidad de estrés académico que pueden estar padeciendo los estudiantes universitarios de la ciudad de Puno. Esta es la razón que motiva este estudio; por lo que investigaremos si hay o no estrés académico en los estudiantes universitarios de la ciudad de Puno, cuales son los factores estresantes que determinan en esta población el padecer de estrés académico y si hay o no relación entre las características sociodemográficas de los estudiantes y los factores estresantes. Será un estudio cuantitativo, de corte transversal, no experimental y correlacional; esperando como resultados a obtener, la presencia de estrés académico y los factores estresantes que lo desencadenan, para de esta manera proyectar futuras intervenciones con la finalidad de aminorar la presencia y secuelas del estrés académico entre los estudiantes universitarios de la ciudad de Puno.

III. Palabras claves (Keywords) (Colocadas en orden de importancia. Máx. palabras: cinco)

Estrés, estrés académico, estresores, estudiantes universitarios.

IV. Justificación del proyecto (Describa el problema y su relevancia como objeto de investigación. Es importante una clara definición y delimitación del problema que abordará la investigación, ya que temas cuya definición es difusa o amplísima son difíciles de evaluar y desarrollar)

El presente estudio tiene por finalidad investigar la presencia de estrés académico, si nos guiamos de Águila y otros en el 2015, quien plantea los siguiente: Ante el estrés académico, los estudiantes deben dominar cada vez más las exigencias y retos que les demanda la gran cantidad de recursos físicos y psicológicos para enfrentar esta problemática. Tal situación les puede hacer experimentar agotamiento, poco interés frente al estudio, nerviosismo e incluso pérdida de control; por ello requieren del reconocimiento y ayuda del personal docente. La conjunción de los efectos anteriormente citados influye en el rendimiento académico de los educandos, puede fomentar el consumo de drogas, alteración del sueño, evitación de la responsabilidad y otras transformaciones que repercutan negativamente en el desempeño de su labor como futuros profesionales y en el logro de sus aspiraciones personales. Siguiendo estas líneas, cuan importante serán los datos que obtendremos al aplicar la escala de estresores académicos, porque de dichos resultados tendremos un perfil de los factores que desencadenan el estrés académico en los estudiantes universitarios de la ciudad de Puno y de esta manera proponer estrategias para disminuir o reducir en lo máximo posible la presencia de este evento que al decir de Águila, líneas arriba, generan una serie de secuelas que tergiversan el fin supremo de la Universidad, el cual es formar seres humanos íntegros con un visión profesional y humana de la sociedad y de los servicios que brindarán en su desempeño laboral.

V. Antecedentes del proyecto (Incluya el estado actual del conocimiento en el ámbito nacional e internacional. La revisión bibliográfica debe incluir en lo posible artículos



científicos actuales, para evidenciar el conocimiento existente y el aporte de la Tesis propuesta. Esto es importante para el futuro artículo que resultará como producto de este trabajo)

Según Restrepo, Sánchez y Castañeda en el 2020, en una investigación realizada en estudiantes universitarios, obtiene como resultados: para la categoría situaciones y condiciones estresantes, el ítem con más porcentaje en la clasificación alto fue el de sobrecarga de tareas y trabajos escolares. Para la categoría reacciones físicas, el ítem con más porcentaje en la clasificación alto fue el de inquietud (este ítem presentó diferencias según la edad). Para la categoría reacciones psicológicas, el ítem con más porcentaje en la clasificación alto fue el de somnolencia o mayor necesidad de dormir. Para la categoría reacciones comportamentales, el ítem con más porcentaje en la clasificación alto fue el de aumento o reducción del consumo de alimentos (este ítem presentó diferencias según el semestre). Para la categoría estrategias de afrontamiento, el ítem con más porcentaje en la clasificación alto fue el de habilidad asertiva. Como se puede observar es importante conocer las categorías que componen el estrés académico, en nuestro estudio trataremos sobre los factores estresantes.

Por su parte Águila et al en el 2015, nos dice que, ante el estrés académico, los estudiantes deben dominar cada vez más las exigencias y retos que les demanda la gran cantidad de recursos físicos y psicológicos para enfrentar esta problemática. Tal situación les puede hacer experimentar agotamiento, poco interés frente al estudio, nerviosismo e incluso pérdida de control; por ello requieren del reconocimiento y ayuda del personal docente. La conjunción de los efectos anteriormente citados influye en el rendimiento académico de los educandos, puede fomentar el consumo de drogas, alteración del sueño, evitación de la responsabilidad y otras transformaciones que repercutan negativamente en el desempeño de su labor como futuros profesionales y en el logro de sus aspiraciones personales.

Por su parte Flores Beltrán en el 2019, en su investigación sobre el nivel de estrés académico en estudiantes universitarios, encuentra el siguiente resultado; no se obtuvo diferencia significativa entre los estudiantes de las diversas carreras, pero si una notoria diferencia entre la presencia de síntomas ante el estrés, siendo las mujeres las que obtuvieron un mayor puntaje que los hombres; situación que compararemos con lo se encuentre al finalizar nuestra investigación.

Del mismo modo, Tasayco en el 2020, en su investigación, Estrés académico en estudiantes de enfermería del I al VIII ciclo de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga, Ica, presenta las siguientes conclusiones, hay una prevalencia de estrés del 86,9% con un nivel medianamente alto, siendo el V ciclo el salón mayor prevalencia y el VI el de mayor nivel de estrés. La situación más estresora es la sobrecarga de tareas, la que es afrontada con la elaboración de un plan para ejecutarlas y los síntomas más frecuentes: la somnolencia y el cansancio permanente. Estos datos lo confrontaremos con la muestra a ser investigada, debido a la importancia de dicha temática.

VI. Hipótesis del trabajo (Es el aporte proyectado de la investigación en la solución del problema)

Existe la presencia de estrés académico en los estudiantes de la ciudad de Puno.

VII. Objetivo general

Evaluar el estrés académico en los estudiantes universitarios de la ciudad de Puno.



VIII. Objetivos específicos

Identificar los factores estresantes que pueden explicar la presencia de estrés académico en la muestra estudiada.
Establecer aquellos factores estresantes que no tienen un peso determinante en la muestra estudiada.
Precisar si hay relación entre los factores estresantes y el género, edad, área de estudios, entorno familiar de los estudiantes universitarios de la ciudad de Puno.

IX. Metodología de investigación (Describir el(los) método(s) científico(s) que se empleará(n) para alcanzar los objetivos específicos, en forma coherente a la hipótesis de la investigación. Sustentar, con base bibliográfica, la pertinencia del(los) método(s) en términos de la representatividad de la muestra y de los resultados que se esperan alcanzar. Incluir los análisis estadísticos a utilizar)

Estudio cuantitativo, de corte transversal, no experimental y correlacional; se utilizará el programa estadístico SPSS.

X. Referencias (Listar las citas bibliográficas con el estilo adecuado a su especialidad)

Alfonso Águila, Belkis, Calcines Castillo, María, Monteagudo de la Guardia, Roxana, & Nieves Achon, Zaida. (2015). Estrés académico. *EDUMECENTRO*, 7(2), 163-178. Recuperado en 27 de febrero de 2021, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013&lng=es&tlng=es

Apaza Luque, Ramiro (2017) Impacto del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Odontología del primero al sexto semestre académico de la UNA-Puno, 2017-II.

Cabanach Ramón, Souto-Gestal Antonio, Franco Victoria. (2016) Escala de estresores académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios, *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, Volume 7, Issue 2, 2016, Pages 41-50, ISSN 2171-2069, <https://doi.org/10.1016/j.rips.2016.05.001>. (<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2171206916300138>)

Dueñas Zúñiga, Huguette (2017). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.

Flores Beltrán, L. F. (2019). Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios.

Gil Nalvarte, P. L. (2020). Factor estresor en los internos de enfermería de la universidad privada Norbert Wiener 2019.

Maquera Payva, María (2019). Depresión y estrés académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno – 2019.

Ramos Quispe, Judith (2019). Estrés académico en relación al estado nutricional de los estudiantes de la Escuela Profesional de Nutrición Humana UNA-Puno 2019.

Restrepo, J. E., Sánchez, O. A., & Castañeda Quirama, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*, 14(24), 17-37. <https://doi.org/10.25057/21452776.1331>

Soto Reyes, R. F. (2018). Nivel de estrés académico en los internos de enfermería del Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión, Callao 2018.

Tasayco Chacaliaza, E. J. (2020). Estrés académico en estudiantes de enfermería del I al VIII ciclo de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga, Ica – Perú 2018.



XI. Uso de los resultados y contribuciones del proyecto (Señalar el posible uso de los resultados y la contribución de los mismos)

El presente estudio, nos permitirá conocer cuál es la realidad de la existencia del estrés académico en tiempo de COVID 19, en los estudiantes universitarios de la ciudad de Puno, y de esta manera tener un mejor escenario para plantear estrategia de apoyo para una mejor comprensión de la problemática a investigar.

XII. Impactos esperados

i. Impactos en Ciencia y Tecnología

Contar con un instrumento que nos permita conocer los factores estresantes del estrés académico en estudiantes universitarios en la ciudad de Puno.

ii. Impactos económicos

Si se logra entender la presencia del estrés académico en los estudiantes universitarios nos permitirá un ahorro en cuanto al gasto público que deviene de los procesos sucedáneos a esta situación y al estado de la salud mental.

iii. Impactos sociales

Estaremos frente a una acción de responsabilidad social de la universidad.

iv. Impactos ambientales

Definitivamente hay una relación estrecha entre el ser humano y la naturaleza, si la persona es más humana y realista con los otros, su relación con la naturaleza será más positiva.

XIII. Recursos necesarios (Infraestructura, equipos y principales tecnologías en uso relacionadas con la temática del proyecto, señale medios y recursos para realizar el proyecto)

Se necesitará de ambientes adecuados para la aplicación, tabulación, calificación e interpretación del instrumento, impresora multifuncional, ordenadores personales; además de servicio de internet.

XIV. Localización del proyecto (indicar donde se llevará a cabo el proyecto)

Se trabajará con estudiantes universitarios en la ciudad de Puno.



XV. Cronograma de actividades

Actividad	Trimestres											
	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	E	F
Presentación del proyecto	X											
Revisión bibliográfica	X	X	X									
Trabajo de campo (virtual) y de gabinete			X	X	X	X	X	X	X	X		
Revisión del trabajo				X			X			X		
Avances e informes				X			X			X		
Informe final												X

XVI. Presupuesto

Descripción	Unidad de medida	Costo Unitario (S/.)	Cantidad	Costo total (S/.)
Recursos Humanos				2000.00
Recursos materiales e informáticos				2500.00
Imprevistos				400.00