

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
ESCUELA DE POSGRADO
SECCIÓN DE POSGRADO DE LA FACULTAD DE
EDUCACIÓN Y HUMANIDADES



Estrés académico y salud mental en los estudiantes de la
carrera profesional de Enfermería Técnica del Instituto
Túpac Amaru, Cusco-2021

Tesis para obtener el Grado de Maestro en Educación con mención en
Docencia Universitaria y Gestión Educativa

Autora

Blanco Urrutia, Vania

Asesor

Villanque alegre, Boris Vladimir

(ORCID: 0000-0002-1449-6989)

Chimbote - Perú

2022

INDICE

Palabras claves	iii
Keywords	iii
Línea de investigación	iii
Título	iv
Title	iv
Resumen	v
Abstract	vi
Introducción	1
Metodología	20
Resultados	26
Análisis y discusión	42
Conclusiones	44
Recomendaciones	45
Agradecimiento	46
Referências bibliográficas	47
Anexos	52

PALABRAS CLAVES

Tema	Estrés académico y salud mental.
Especialidad	Educación

KEYWORDS

Theme	Academic stress and mental health.
Specialty	Education

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Línea de Investigación:	Teoría y tecnologías que fundamentan la educación.
Área	Ciencias Sociales
Subárea	Ciencias de la Educación
Disciplina	Educación General (incluye capacitación, pedagogía).

TÍTULO

Estrés académico y salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru, Cusco-2021

TITLE

Academic stress and mental health in students of the professional career of technical nursing of the Túpac Amaru Institute, Cusco-2021

RESUMEN

El presente estudio se inició a partir de la problemática de la relación del estrés académico y la salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru, Cusco para lo cual se planteó como propósito conocer la relación que hay entre ambas variables: Estrés académico y la Salud mental. En cuanto a la metodología, esta investigación de enfoque cuantitativo y diseño no experimental, en el cual se usaron métodos científicos, empleándose, por un lado, el cuestionario Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil para poder hacer la medición del estrés en estudiantes, y en otro sentido, se usó el inventario de sintomatología SCL-90-R de Derogatis para poder hacer la medición de la salud mental, la muestra estuvo conformada por cincuenta y cinco profesores. Los resultados demostraron una correlación entre la variable estrés académico y la variable salud mental durante el aislamiento social. Cuyo resultado es garantizado con la prueba estadística de Rho de Spearman al revelar que el valor del coeficiente de correlación es de 0.893, el cual arroja un nivel de correlación positiva alta, y el valor de p (nivel de significancia) es $0,000 < 0.05$. (r de Pearson = 0,893; $p = 0.000 < 0.05$)

ABSTRACT

The present study began from the problem of the relationship between academic stress and mental health in the students of the professional career of technical nursing of the Túpac Amaru Institute, Cusco, for which the purpose was to know the relationship between both variables: academic stress and mental health. Regarding the methodology, this quantitative approach and non-experimental design research, in which scientific methods were used, using, on the one hand, the Student Burnout Unidimensional Scale questionnaire to be able to measure stress in students, and on the other In this sense, the Derogait's SCL-90-R symptomatology inventory was used to measure mental health, the sample consisted of fifty-five teachers. The results showed a correlation between the academic stress variable and the mental health variable during social isolation. Whose result is guaranteed with the Spearman's Rho statistical test by revealing that the value of the correlation coefficient is 0.893, which yields a high positive correlation level, and the p value (significance level) is $0.000 < 0.05$. (Pearson's $r = 0.893$; $p = 0.000 < 0.05$)

INTRODUCCIÓN

Los antecedentes que se consideró para la presente investigación los mencionamos a continuación:

En el ámbito internacional tenemos el trabajo de, Lemos y López (2018) ejecutaron una disertación con el título "Estrés y Salud Mental en alumnos de Medicina: Relación con Afrontamiento y Actividades Extracurriculares" cuyo propósito fue el de identificar del nivel de estrés, el bienestar mental y su relación con variables psiquiátricas, físicas y educacionales en alumnos de medicina. Utilizando una metodología con enfoque cuantitativo de diseño no experimental con 1 muestra de 217 alumnos elegidos al azar. Se utilizaron como instrumentos el PSS14, el PHQ-9, el GAD 7, el MOS-SSS, y el cuestionario de estrategias de afrontamiento reformadas. En relación a los resultados, estos revelaron altísimos grados de estrés (64%), depresión (56,2 %) y ansiedad (48,3%), lo que implica que, si se quiere reducir el estrés y las alteraciones emocionales entre los alumnos de medicina, se tienen que crear proyectos de mediación que promuevan la fortificación de las actividades extracurriculares. En concreto, se demostró la presencia de 2 grupos con o sin síntomas clínicos mediante el uso de instrumentos de investigación. El conjunto 1, conocido como el conjunto que no muestra síntomas, tiene puntuaciones reducidas en estrés, depresión y ansiedad; el conjunto 2, conocido como el grupo que muestra indicios, tiene valoraciones altas en las 3 variables que mencionamos con anterioridad. Por último, se descubrieron distinciones con significancia entre los 2 grupos en las medianas de las 3 variables clínicas.

Se menciona el estudio realizado por Rodríguez y Durán (2018) quienes realizaron un trabajo: "El estrés y su impacto en la salud mental de los educadores de nivel universitario", el cual tuvo como propósito el establecimiento de la relación del estrés en la salud mental de los profesores universitarios. La metodología empleada corresponde a un enfoque cuantitativo y de nivel correlacional con diseño no experimental, se utilizó como instrumento el test de Hamilton en una población de ciento sesenta docentes de la Universidad Técnica de Manabí. Estos hallazgos muestran que los profesores padecen alteraciones vinculadas con reacciones psicósomáticas variables, en particular las relacionadas con efectos sobre la salud, como consecuencia del trabajo y los roles que toman; esto hace evidentes sentimientos de temor sin causal clara. En consecuencia, si un

educador desea desenvolver actividades que reflejen mayores grados de desempeño, se tiene que disminuir los componentes de manejo de estrés.

Se debe de mencionar también el trabajo desarrollado por Zúñiga y Pizarro (2018), quienes elaboraron la investigación "Estrés en el trabajo en estudiantes de un colegio público regional de Chile", cuyo propósito fue el de examinar el síndrome de Burnout entre los profesores de Coquimbo. El objetivo planteado ha sido conocer la relación entre el estrés en el trabajo en alumnos de un colegio público regional de Chile". La metodología empleada corresponde a un enfoque cuantitativo y de nivel correlacional con enfoque no experimental. Según al resultado, se pueden extraer que se concluyó que: El estudiante tiene un nivel medio-bajo de Burnout, y el mayor porcentaje de ellos no es insensible, despersonalizado o se preocupa; y su edad no incide en los grados de los estados psiquiátricos mencionados con anterioridad, siendo el cansancio emocional reportado por el 34% de los profesores.

Otro importante aporte lo realiza Santos (2017) con el estudio llamado: Prevalencia de estrés académico y factores asociados en estudiantes de ciencias de la salud de la Universidad Católica de Cuenca, 2017, ha tenido como objetivo la determinación de la prevalencia y factores con asociación al estrés académico en estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca, 2016. Estudio analítico transversal, su muestra ha sido probabilística, por conglomerado bietápico en 358 alumnos elegidos de forma aleatoria. Se utilizó un cuestionario con variables de carácter demográfico y ciertos factores relacionados., También: el test de AUDIT, cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE), escala de Hamilton, test de APGAR familiar y el inventario SISCO. La asociación de los factores vinculados al estrés académico se determinó mediante la razón de prevalencia (RP) con la exactitud del intervalo de confianza (IC 95%), y una significación estadística determinada por medio del X^2 con su valor $(p) < 0,05$. Como conclusión: Aquellos alumnos que padecen de estrés académico presentaron como factores de riesgo las carreras de Medicina y Odontología, mientras que las carreras de Psicología Clínica y Enfermería fueron factores de protección; los factores de riesgo y a veces de protección han sido el género, la edad, lugar donde vive, el ciclo, la repetición, la función familiar, La ingesta de bebidas alcohólicas, Estar deprimidos y el afrontamiento.

En el ámbito nacional, Díaz (2017) elaboró una tesis con el título el estrés laboral y rendimiento de los docentes en centros educacionales de nivel primario del distrito de Andamarca - Concepción, Su objetivo que considero fue establecer la relación entre el estrés laboral y rendimiento de los profesores en centros educacionales de nivel primario del distrito de Andamarca - Concepción con una muestra total de setenta profesores del distrito de Andamarca, Metodológicamente Se trata de un estudio descriptivo con un diseño no experimental; Así mismo fue utilizado el cuestionario de estrés laboral y el cuestionario de desenvolvimiento del profesor. Se concluye según los resultados la existencia de una correlación altamente notable entre el estrés y el desempeño de los profesores de las escuelas de nivel primario del distrito de Andamarca - Concepción, en la cual el coeficiente de correlación Rho de Spearman es de (- 0,763**), Indicando que hay notable correlación negativa entre las variables.

Como parte final de los antecedentes nacionales se mencionapor a Socorro (2016), En un grupo de 36 profesores, investigó los "Factores que influncian en el estrés de los educadores de nivel secundario de la escuela San José de Monterrico", considerando como objetivo el determinar los factores que influncian en el estrés de los educadores de nivel secundario de dicha escuela. La metodología empleada corresponde a u un enfoque cuantitativo y de nivel correlacional con enfoque no experimental. Los resultados muestran que factores vinculados al estrés, como el estar ansioso, deprimido, las creencias, sentirse presionado, la falta de motivación y el afrontamiento erróneo, son causantes de estrés o síntomas del síndrome de Burnout en los pedagógicos de Lima.

A continuación, se detalla la fundamentación teórica de la variable estrés académico.

Definiendo el estrés, se produce cuando un individuo está frente a una circunstancia compleja o a un incidente que le hace sentirse abrumada o sin salida. (Pérez, García, J.; García, T.E.; Ortiz y Centelles, 2014).

En palabras de Bastidas de Miguel (2011), Considerada enfermedad, impulsa trastornos en el individuo, esto afecta y repercute en la salud mental de la persona, lo que podría generar muchos problemas el individuo es subordinado al elemento biológico y social.

Teoría relacionada al estrés académico.- La Teoría de Estrés Laboral de Spielberger y Vagg (2010), lo define como lo que se percibe en relación a la demanda en el lugar de trabajo, proporciona una base teórica para la variable estrés académico.

Spielberger y Vagg (2010) proponen 4 dimensiones: a) Presencia en el lugar de trabajo, que incluye las horas extras, los cambios frecuentes de tareas, los altos niveles de responsabilidad o el ritmo acelerado de trabajo; b) Ayuda social, que incluye la falta de ayuda de los supervisores, la poca colaboración entre los compañeros de trabajo o la poca motivación por el trabajo; c) Factores organizativos, que incluyen el comportamiento institucional negativo, la dotación insuficiente de personal y la

Tipos de estrés, Pérez, García, J.; García, T.E.; Ortiz y Centelles (2014), según estos autores hay 2 tipos de estrés: a) Eustrés aquí el individuo mantiene interacción con su agitador mientras mantiene una mente libre y creacional y adapta el cuerpo y el cerebro para que tenga una funcionalidad adecuada. En el eustrés se manifiesta el placer, el equilibrio, el bienestar y las experiencias placenteras que brindan satisfacción individual. (García, J. García, T.E.; Ortiz y Centelles, 2014) y b) distrés Resulta al tener mucha carga en el trabajo, esto genera una inestabilidad física y psicológica, se evidencia en la disminución del desempeño del sujeto, se evidencia cuando aparecen patologías psicosomáticas o al envejecer de forma veloz. No hay que olvidar que la vida habitual está llena de factores que estresan de forma negativa (mal clima en el trabajo, frustración, rompimiento familiar, duelo, etc.) donde el mismo estrés podría darse de manera negativa o positiva. (García, J.; García, T.E.; Ortiz y Centelles, 2014).

Síntomas del estrés

Rivera (2015) expresa que el estrés se manifiesta de la siguiente manera:

Palpitaciones rápidas, latidos, presión arterial alta y sudoración fría

Las pupilas se dilatan y la vellosidad aumenta.

Se suda mucho, urgencia miccional

Sensación de estar ansioso, aprensión y malestar.

Enfermedad física, nerviosismo y trastornos digestivos

Tensión muscular, degeneración y tics automáticos

Alteraciones respiratorias, espasmos, tormentas y somnolencia

Conmoción, inquietud e inmovilización de articulaciones.
Cambios constantes en las áreas de alimentación y sexualidad.
Faltas y fallas de cálculo frecuentes, duda emocional.
Irritabilidad, incluyendo frecuentes sucesos de ira.
Incapacidad para tomar determinaciones, detrimento de las relaciones en sociedad.
Agotamiento y depresión constante, cansancio y inactividad sexual.
Euforia excesiva y delirio persistente.
Sentimiento de frustración y poca seguridad.

Niveles de estrés

De acuerdo con Ticona, Paucar y Llerena, (2010), el estrés se muestra en distintos grados:

Estrés normal

Estrés leve

Estrés moderado

Estrés severo

Descripción de estrés académico

Franco (2015) ha denominado al estrés académico como:

El proceso que surge cuando un ambiente educacional formal y las personas que se desenvuelven dentro de él interactúan primordialmente profesores, y se valora como amenazador o retador dependiendo de la percepción subjetiva, de los recursos con los que se cuenta y de qué manera se enfrenta a los estresores, podría hacer que se altere el estado de bienestar e independencia de la persona. (p. 114).

Por otro lado, según Hernández (2005), el estrés académico es un componente psicosocial que se conecta con el entorno y es parte de un conjunto de estímulos que inciden en el cuerpo, provocando reacciones funcionales o psicológicas. El autor afirma que este efecto (ya sea positiva o negativa) tiene consecuencias para la salud, como los problemas cardiovasculares.

En este contexto, las actuales exigencias del mercado laboral suponen una situación amenazante para el bienestar de los empleados, esto exige considerar las causas de esta enfermedad para afrontarla con éxito mediante el desarrollo de habilidades personales y laborales ante los acontecimientos estresantes. (Gómez, 2010).

Etapas del estrés laboral. – de Acuerdo a Posada (2011) el estrés en el trabajo consta de tres etapas: Alarma: sucede al momento de que las hormonas se liberan, activando el sistema de defensa del organismo para obtener adaptarse y así enfrentar la complicada situación. Resistencia: Se demuestra cuando un organismo alcanza su máximo nivel de utilización de sus propias reservas en respuesta a un suceso desestabilizador. Agotamiento: La capacidad de activación del organismo disminuye con el tiempo; no hay reservas, lo que provoca patologías e incluso el fallecimiento.

Dimensiones del estrés académico. - Dada la importancia de la psicología al momento de estudiar el desarrollo de la persona y relacionarlo con los estudiantes universitarios, se utiliza a modo de fundamento a Barraza (2016). Sin embargo, cabe señalar que él se refiere a las teorías tradicionales propuestas por primera vez hace cuatro décadas, lo que implica que ha conceptualizado el nivel de cansancio del cuerpo, de la cognición y de las emociones.

Dimensión 1: Cansancio Físico, se refiere a los sentimientos de baja energía que se desenvuelven como resultado de los diversos tiempos del individuo. Cansancio físico se expresa a través del agotamiento que es invariablemente breve y que se podría imputar a causales específicas y muy variadas como el insomnio, un día de estudiar intensamente, un recorrido fatigoso, Sin embargo, detrás del agotamiento, la enfermedad y la agonía podrían estar detrás de patologías, en específico si la molestia es duradera y es mucho más que únicamente la flojera. (...) (SFC, síndrome de agotamiento severo). (Barraza, 2011, p. 17)

De acuerdo con esto, el agotamiento corporal se manifiesta a modo de agotamiento, debilidad o rigidez tras la finalización de la jornada escolar o se evidencie en el comportamiento en el interior del mismo salón. En este sentido, el autor afirma que el agotamiento crónico o leve es el mayor grado de riesgo, ya que puede generar a la aparición de desregulaciones en los sistemas biológico y fisiológico del ser humano.

Dimensión 2: Cansancio cognitivo se vincula con el poco interés, poca concentración, asimismo como la poca atención y el descuido a la hora de estudiar o realizar trabajos académicos en el ámbito universitario.

El agotamiento cognitivo, en concreto, el cansancio mental, se ha relacionado con componentes como la presión del tiempo y la comunicatividad poco satisfactoria con los resultados estudiantiles. Además, debido a la falta de reconocimiento, es difícil conciliar los requerimientos y expectativas de las obligaciones estudiantiles y familiares. Hasta ahora, el estudio en relación al síndrome de Burnout en los alumnos de universidad se ha llevado a cabo de la igual manera que se ha hecho en las exposiciones de los estudiantes en los niveles intermedios, avanzados y de postgrado, denominado Burnout estudiantil. (Barraza, 2016, p.38)

Dimensión 3: Agotamiento emocional hace referencia al poco control emocional, en otras palabras, a la reducción de las reacciones emocionales como consecuencia del conflicto, lo que provoca un deterioro emocional en el sujeto.

Según Barraza (2016), "cuando un estudiante prospera en su preparación académica, confronta una variedad de peticiones que son calificadas por él como estresores." Cuando estas peticiones resultan en un estado constante de estrés, es probable que el estudiante presente agonía de emociones" (p.273). Coincidiendo con el estudioso, si hay estresores, esto se traduce en una agonía emocional, que se produce por la falta de capacidad para tomar determinaciones idóneas, lo que nos hace culpables como consecuencia de las numerosas pretensiones estudiantiles que debe cumplir un alumno.

Asimismo, Barraza (2016) señala:

La característica clave de este modelo es la fatiga, que hace referencia a la escasa energía con el paso del tiempo. La despersonalización del trabajador hace referencia a un tipo de enfrentamiento que resguarda al trabajador de la ilusión y la agonía. Involucra cualidades y sensaciones hacia la clientela, las cuales evidencian conductas irritables y, finalmente, el conflicto de autorrealización en la educación son las réplicas negativas orientadas a uno mismo y la disertación. Es el detrimento de la idea de sí mismo, acompañado de sentimientos de inadecuación (...). (p.65).

Por ultimo Rosales (2014): "Las exigencias de estudio de la universidad han provocado un estado de ansiedad generalizado. Al estudiante no se le permite asistir a otras clases que no sean las suyas". (págs. 172-173) Los autores explican que, dependiendo del nivel de exigencia propio y del de su centro de estudios, uno experimentará un estado emocional de agonía, que le llevará a creer que no puede dar más de sí. En los centros universitarios, la presión es mayor debido a la duración del curso, la exigencia del profesor y los numerosos exámenes que se realizan; todos estos factores contribuyen a la falta de agonía emocional del individuo.

Prosiguiendo con la variable 2: La salud mental. Se trata del perfecto equilibrio del bienestar corporal, mental y también social, más allá de la simple escasez de patologías o de dolor" (p. 14). En consecuencia, podemos encontrar 3 nociones básicas: primero, la salud mental es un elemento de la salud física; segundo, la salud mental va por encima de la falta de patologías; y tercero, la salud mental está vinculada al comportamiento, esto según la OMS. (2004)

Descripción de salud mental

Mebarak, De Castro, Salamanca y Quintero (2009) señalan:

Hace referencia a la patología mental; dichos conceptos crean una elemento interdependiente y contradictoria; además, añaden que no existe una distinción clara y precisa entre las personas mentalmente sanas y las que no lo son. Tienen un comportamiento dinámico, no estable y dialéctico debido a que esta compuesto con elementos indivisibles. (p.78)

(Rojas, De Lima, Eblen y Trellez, 2019). Dicho de otro modo, cuando se trata de la salud mental, es importante no olvidarse de la patología mental, dado que el alejamiento de patologías implica un nivel de salud mental. La OMS (2018), señala lo siguiente: La salud mental es una condición de bienestar donde el sujeto tiene conciencia de las habilidades con las que cuenta., tiene la capacidad de enfrentar los problemas típicos del día a día, es capaz de laburar de manera beneficiosa y provechosa y tiene la capacidad de contribuir a su sociedad. En consecuencia, desde un enfoque efectivo, la salud mental sirve de fundamento para el bienestar de un individuo y su funcionalidad eficiente en la sociedad.

Sin embargo, las diferencias de valores entre países, culturas y géneros dan lugar a una extensa variedad de experiencias de salud mental a nivel mundial, conservando un significado. (OMS, 2018). En este sentido, Macaya, Pihan y Vicente (2018) argumentan que: por su variedad de significados y su imprecisa definición, las conceptualizaciones son de gran variedad, presentando distintos enfoques, esto da paso a sustanciales problemas epistemológicos para implantar de qué forma se relacionan.

En consecuencia, siguiendo a los mismos autores, es posible afirmar que, debido a la polarización en torno al concepto de salud mental, es posible abordar este tema desde un enfoque clínico, social y cultural. En tal sentido, la concepción de salud mental es complicada y variada debido a las diversas definiciones que se tiene. (Macaya, Pihan y Vicente, 2018).

La intervención sirve de guía educativa-instruccional, con el objetivo de ayudar a los sujetos a corregir patrones de pensamiento disfuncionales y que aprendan a razonar y actuar de manera más adaptable. adaptativa (Restrepo, Jaramillo y Juan, 2012).

La visión tanto económica como social de la salud mental enfatiza la trascendencia de conocer que el progreso social y económico es un componente crítico para alcanzar un bienestar adecuado para todas las personas, además de ello, el impulso y defensa de la salud pública son circunstancias necesarias para el desarrollo socioeconómico. (Restrepo y Jaramillo 2012).

En consecuencia, tal cual señalan Macaya, Pihan y Vicente (2018), la diversidad respecto a los conceptos de salud mental en el sector público hace necesaria un estudio urgente de sus dilucidaciones, como teorías, modelos e hipótesis, así como la lógica de utilización de términos como mental, patología y normalidad. Asimismo, como los enfoques sobre las relaciones corporales-mentales y las metodologías para estudiar los fenómenos vinculados con los determinantes del bienestar, las problemáticas de la sociedad y las patologías mentales (Restrepo y Jaramillo 2012).

Así mismo, dichos pensadores afirman que todavía existe confusión y erróneas conjeturas en relación a los conceptos de salud y patologías mentales, y que el estigma que rodea el concepto de patologías mentales fue un motor para la utilización de

la palabra Salud Mental. Debido a esta razón, no tenemos que perder de vista dicha dualidad.

Teoría relacionada a la salud mental. - Su base teórica de la variable salud mental es basada en la definición médica de los mismos términos (Restrepo, Jaramillo y Juan, 2012), en la que la patología sirve de base de la identidad de la misma; sin embargo, existen gran variedad de pensamientos en cuanto a este tema. En esta misma línea, se tendrá en cuenta a Derogatis y Savitz (2012), ellos proponen la investigación de los síntomas psiquiátricos que expresan falta de salud mental.

En este sentido, Huarcaya (2020) afirma que a raíz del coronavirus han aumentado las problemáticas de salud mental, como por ejemplo las situaciones de emociones negativas y la reducción de las emociones positivas, de igual manera con el temor al virus. De esto se componen los síntomas psiquiátricos.

Micin y Bagladi (2011), por su parte, afirman que la ansiedad y la depresión se hallan entre los conflictos de salud mental que tienen que abordarse. Dichos se encuentran entre los indicios psicopatológicos presentados por Derogatis y Savitz. (2000).

Dimensiones de la salud mental. - Considerando el carácter doble del bienestar y las patologías, se tomó en consideración para los fines de este estudio la propuesta de Derogatis y Savitz (2012), estos autores proponen un conjunto de síntomas psiquiátricos que cimientan algunos aspectos de la salud de la mente. Los elementos son los que mencionaremos a continuación:

a) Somatización

Estos síntomas incluyen cefalea, lumbalgia, mialgias y otras situaciones de ansiedad, así como percibir alteraciones físicas, lamentación relacionada con los sistemas cardiaco, intestinal y respiratorio, y cefalea, lumbalgia. (Lee, 2000).

b) Obsesiones y compulsiones

En palabras de Rodríguez, Toro y Martínez (2009). Cuando nos referimos a la obsesión, hablamos de aquellos pensamientos intrusivos que son odiosos y difíciles de

esquivar. Las compulsiones son accionares que se demuestran varias veces con el objetivo de reducir la ansiedad que surge como resultado de los pensamientos intrusivos.

c) Sensitividad interpersonal

Hace referencia a la sensación individual de creer ser inferior en comparación con otros, durante las interacciones con otras personas, son sentimientos de inferioridad, dificultad, y notoria molestia. (Lazcano, 2017).

d) Depresión

Es un trastorno psico-patológico que en las ramas de psicología y psiquiatría es una alteración conductual-afectiva, que se caracteriza por tener la sensación de angustia, carencia de interés, desesperación, y baja confianza, poca energía y apatía. (Ander-Egg, 2013). La depresión provoca cambios en la dieta, en las interacciones con personas y el poco apetito erótico.

e) Ansiedad

Es un estado emocional que se caracteriza por las alteraciones que sufre el sistema nervioso, de igual manera, se va a presentar el miedo, aprensión ante posibles situaciones amenazantes o peligrosas. (Ander-Egg, 2013).

f) Hostilidad

El término "enfado hostil" se refiere a un estado mental y de comportamiento que se divide en un trio de dimensiones: pensamiento, sentimiento y acción.

Estos será el pensamiento, sentimiento y acción que caracteriza la presencia de consecuencias negativas relacionadas con el enfado. Lara, Espinosa, Cárdenas y Cavazos, 2005).

g) Ansiedad Fóbica

Es el miedo excesivamente irracional, se desarrolla como resultado de la premeditación a una circunstancia en específico. El estímulo fóbico provoca una reacción

veloz de ansiedad, que se manifiesta como una crisis de ansiedad de la circunstancia o vinculada con un hecho. (American Psychiatric Association, 2014).

h) Ideación paranoide

Comprende el temor y sensación de que un sujeto está siendo acosado, seguido o tratado de manera injusta, pero este temor o sensación son solo ideas distorsionadas. (Consuegra, 2010).

i) Psicotismo

Se incluyen algunos indicios relacionados con el aislamiento, el tipo de vida relacionado a la esquizofrenia, las alucinaciones y el control mental. (Esteban, Reyes y Charcape, 2006)

Justificación

Social este estudio se justifica ya que, hasta el momento, no se han realizado estudios respecto a los problemas del estrés académico en épocas de coronavirus entre los alumnos y su relación con la salud de la mente. En esa misma línea, la investigación tiene trascendencia debido a la sustancialidad de estar saludables mentalmente en las pandemias que afectan a toda la población; en esta particular situación, se dirige a un grupo determinado de estudiantes que desarrollan su labor didáctica en sus casas, previniendo las comunicaciones sociales con ellos mediante el empleo de herramientas que les permitan adaptarse a ello.

Sumado a ello, los hallazgos posibilitarán a los administradores de la sanidad conocer la importancia de la evitación, ya que sólo teniendo una clara comprensión de la causa y entendiendo cómo los efectos de las enfermedades mentales perjudicarán sus vidas, podrán abordar mejor los problemas de salud mental. Sobre la Justificación Teórica la investigación contribuye al conocimiento que ya existe sobre el problema del estrés estudiantil y el bienestar mental de los estudiantes, permitiendo a los investigadores hacer una reflexión en relación a los diversos aspectos del problema y, como resultado, comprender mejor el trabajo de los estudiantes en situaciones de estrés académico en un escenario nuevo y desconocido hasta ahora. En cuanto a la justificación metodológica, parte del hecho de que, gracias a la utilización de métodos científicos, ha sido posible

utilizar herramientas de estudio sobre el estrés académico y el bienestar mental, acopiando datos parciales sobre la relación entre estas 2 variables en estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru, y que estos instrumentos pudieron ser utilizados, precontextualmente.

Realidad problemática

Actualmente, existen diversas problemáticas en la economía, sociedad, política, educación y, en gran medida, en el de la salud humana ya que está vinculado fuertemente con la crisis sanitaria que ocasionó el Covid-19.

En este sentido, durante el periodo 2020-2021 se produjeron transformaciones en el rubro económico global y en la disposición del trabajo a modo de resultado del coronavirus, y como consecuencia se promulgaron medidas de aislamiento u obligación de permanecer en el hogar, una parte importante de la fuerza académica tuvo que permanecer en casa y trabajar a distancia, siempre y cuando fuera posible. Esto se debe a las disposiciones de salud pública impuestas por los jefes de gobierno de varias naciones para combatir la proliferación del covid-19, las medidas como la cuarentena o la distancia obligatoria han hecho que los casos de ansiedad y estrés aumenten

El Blog Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, 2020), indica que la cuarentena podría causar estrés en los individuos debido al miedo y la ansiedad en torno a la patología, lo que resulta en condiciones que agonizan y causan fuertes emociones en adultos y niños. Del mismo modo, Huarcaya (2020) afirma: "Con base en las experiencias que se tienen de las crisis sanitarias anteriores, es sabido que las personas que padecen la enfermedad y los médicos y enfermeras experimentan casos de temor a morir y, además experimentan la soledad, la ira y tristeza. (p. 328).

Este es el caso de todos los niveles educativos, cuando los estudiantes que no estaban acostumbrados al teletrabajo se vieron obligados a asistir a las clases sin estar presentes, lo que dio lugar a una educación del tipo virtual. En este sentido, Bonilla (2020) afirma que el desafío educativo actual es mantener la vitalidad de la educación a la vez que se promueven resultados de aprendizaje con significancia, para esto se toma en cuenta el trabajo de los educandos por medio de lo virtual; un reto sin igual, dado que la mayoría de los alumnos deben crear sus propios resultados de aprendizaje para trabajar en la

virtualidad.

Esta situación se ha agravado desde el año 2000 como consecuencia de la pandemia, en la que las personas se han visto obligadas a trabajar desde casa a través de la educación virtual, incluso cuando no disponen de las condiciones necesarias para dicho trabajo, tanto entre los profesores como entre los alumnos, lo que ha provocado o agravado una serie de factores de estrés laboral por cuestiones de aislamiento. (OIT, 2020).

Si antes de la pandemia existía una alta prevalencia de estrés académico, como lo indican varias investigaciones ejecutadas en estudiantes de Colombia (Guevara, Sánchez y Parra, 2014), los elementos de mayor importancia del estrés académico eran el ambiente en la organización y los avances tecnológicos; en la actualidad, la fobia a sentirse angustiado, entre otros sentimientos negativos. Según Oros, Rubilar y Chemisquy (2020), esto se debe al clima laboral y a la sobreabundancia académica; al uso de las renovadas herramientas tecnológicas; a la inseguridad sobre la permanencia y los efectos del virus.

Por ello, al estudiar el estrés académico hay que tomar en consideración ciertos aspectos que constituyen factores de estrés, como la presión académica, la poca ayuda social, los elementos organizativos y la poca realización individual. (Saldaña y Sánchez, 2019).

Ortiz (2020), en una publicación denominada Estrés académico en épocas de coronavirus, que fue divulgado por la Universidad Nacional de Costa Rica (UNA), afirma que cuando la labor a distancia se implementa como consecuencia de la pandemia con falta de preparación anticipada, conduce a sucesos estresantes, lo que puede representar la utilización de las nuevas TICs.

Particularmente, se ha podido observar, a partir de los relatos de algunos compañeros de trabajo de la educación básica, y particularmente de los educadores de nivel secundario de los centros educacionales estatales, episodios de estrés y ansiedad durante los treinta y nueve meses de mandato de los gobiernos nacional y regional, durante los cuales fueron acompañados (como ellos mismos se refieren).

En esta misma línea, la finalidad del estudio es determinar si hay una conexión entre el estrés estudiantil y la salud mental en una muestra en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru, Cusco.

Por tal motivo se planteó la siguiente interrogante

Pregunta general. - ¿Cuál es la relación entre estrés académico y salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco 2021?

Preguntas específicas: a) ¿Cuál es el nivel de estrés académico en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco?, B) ¿Cuál es el nivel de la salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco 2021?,c) ¿Cuál es el grado de relación entre el estrés académico y la salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru, Cusco-2021?

A continuación, detallaremos la conceptualización y operacionalización de variables:

Variable 1: Estrés académico

Definición conceptual

Franco (2015) define el estrés académico de la siguiente manera:

Proceso que surge de la interactividad entre un entorno educacional formal y los sujetos que desenvuelven su actividad dentro de él, primordialmente profesores y estudiantes, y que se valora como amenazador o retador, y que, dependiendo de la forma de percepción subjetiva, de los recursos con los que se cuenta y de qué manera se enfrentan los estresores, puede hacer que se altere el estado de bienestar e independencia de la persona. (p. 114)

Definición operacional

Es una variable de carácter nominal la cual consta de aplicar el Cuestionario de Estrés académico a una muestra de los estudiantes, usando una escala conformada por 15 ítems.

Variable 2: Salud mental

Definición conceptual

Se precisa a partir de un proceso bioquímico que involucra al cerebro, sirviendo la carencia de malestar como parametro de normalidad (Restrepo, Jaramillo y Juan, 2012). Con este fin, se han tenido en cuenta los indicios de salud mental, que se definen como "indicadores psiquiátricos que conducen a la alteración y agravamiento de la salud mental en una persona, incluyendo la habilidad de causar trastornos psiquiátricos." (Alcázar, Navas y Alcázar; como se citó en Lara, 2018, p. 52).

Definición operacional

Es una variable de intervalo la cual consta de aplicar el Inventario de síntomas SCL-90-R (Quiroz, 2017) a un grupo constituido por profesores de nivel secundario, mediante una escala Likert con puntos que van de 0 a 4. El instrumento está constituido por noventa ítems, los cuales permiten hacer una medición a la ausencia o presencia de sintomatología psiquiátrica como cuadros de salud mental.

Operacionalización de variables

VARIABLES	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Ítems	Naturaleza de la variable	Escala de medición
Estrés académico	Conjunto de reacciones emocionales, fisiológicas, cognitivas y del comportamiento frente a algunos aspectos adversos o dañinos que se presentan en el centro de trabajo; se caracterizan por tener altos niveles de excitación y angustia, y con un habitual sentimiento de que no se puede hacer nada frente a esta situación (De Pablo, 2007).	Es una variable de medida de carácter nominal que consiste en la aplicación del Cuestionario de Estrés Académico a una muestra de docentes de educación secundaria, utilizando una escala compuesta por 30 ítems.	Agotamiento Físico	1, 3, 7, 11	Ordinal	Severa 46-60 Moderada 31-45 Leve 15-30
			Agotamiento Cognitivo	5, 9, 14, 4		
			Agotamiento Emocional	2, 6, 8, 10 12, 13, 15		
Salud mental	La salud mental se define como un proceso biológico que tiene que ver con el cerebro y la ausencia de enfermedad como criterio de normalidad (Restrepo, Jaramillo y Juan, 2012).	Es una variable de medida intervalar que consiste en la aplicación del Inventario de síntomas SCL-90-R (Quiroz, 2017) a una muestra de docentes de educación secundaria, utilizando una escala de Likert, cuyos puntajes van de 0 a 4. El instrumento consta de 90 ítems que van a permitir medir la ausencia o presencia de síntomas psicopatológicos como	Somatización	1, 4, 12, 27, 40, 42, 48, 49, 52, 53, 56 y 58	Intervalar	Nada Muy Poco Poco Bastante Mucho
			Obsesiones y Compulsiones	3, 9, 10, 28, 38, 45, 46, 51, 55 y 65		
			Sensibilidad Interpersonal	6, 21, 34, 36, 37, 41, 61, 69 y 73		
			Depresión	5, 14, 15, 20, 22, 26, 29, 30, 31, 32, 54, 71 y 79		
			Ansiedad	2, 17, 23, 33, 39, 57, 72, 78,		

		un cuadro de salud mental.		80 y 86		
			Hostilidad	11, 24, 63, 67, 74 y 81		
			Fobia	13, 25, 47, 50, 70, 75 y 82		
			Ideación paranoide	8, 18, 43, 68, 76 y 83		
			Psicoticismo	7, 16, 35, 62, 77, 84, 85, 87, 88 y 90		

Como hipótesis alterna tenemos lo siguiente:

Existe una relación significativa entre estrés académico y salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco. Se planteó como hipótesis nula, no existe una relación significativa entre estrés académico y salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco 2021

El objetivo general planteado por la tesista fue conocer la relación que existe entre el estrés académico y salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco. Asimismo, se clasificaron los objetivos específicos, los cuales fueron: Determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco 2021 ; determinar el nivel de la salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco; establecer el grado de relación entre el estrés académico y la salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco.

METODOLOGÍA

La investigación utilizo el enfoque cuantitativo, esta investigación se fundamenta principalmente en los aspectos que se pueden observar y cuantificar de los fenómenos, el enfoque cuantitativo hace uso de la metodología empírica analítica, y el análisis de datos se basa en analizar estadísticamente, con el fin de definir patrones de conducta y poner a prueba las hipótesis.

Hernández, Fernández y Baptista (2016) afirman que “el enfoque cuantitativo se sirve de la recaudación de información para comprobar las hipótesis, fundamentándose en el análisis estadístico y medición numérica, con el fin de implantar patrones de conducta y poner a prueba las teorías”(p.87).

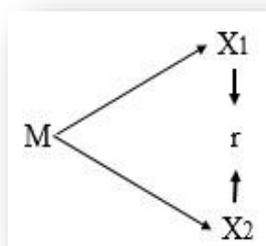
Nivel de investigación, la investigación es básica ya que ha provocado discernimiento teórico sobre el estrés académico y la salud mental en alumnos de nivel secundario. En esta misma línea, Hernández et al. (2016) afirman que “el estudio básico se define por aumentar el conocimiento científico sin contrastarlo con ningún componente práctico”(p.99).

Tipo de investigación, parte de un estudio correlacional, Hernández et al. (2016), “no es una investigación causa-efecto, es correlacional, con la finalidad de evidenciar la relación probabilística entre el estrés académico y la salud mental”(p.109).

El Diseño de investigación, es descriptiva - correlacional de corte transversal, a menudo conocida como investigación con diseño no experimental.

A diferencia, Hernández et al. (2016), afirman que el estudio no experimental son las "investigaciones que son ejecutadas sin manejar intencionadamente las variables y en las que únicamente se contemplan los fenómenos naturales para su análisis." (p.152).

Dónde:



M: Constituye la muestra de investigación compuesta por los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru, Cusco.

X1: Constituye la información respecto al estrés académico.

X2: Constituye la información respecto a la salud mental.

r: Relación entre las dos variables.

Población. - Carrasco (2006) definió: “Se trata de la totalidad de los componentes (unidades de análisis) los cuales integran el ámbito espacial en el que se realiza la investigación.” (p. 236). La población está constituida por 30 estudiantes

Muestra. - El tipo de muestreo que se utilizó responde a un muestreo no probabilístico por conveniencia: no probabilístico según Arias (2016) “es un procedimiento de selección en el que se desconoce la probabilidad que tienen los elementos de la población para integrar la muestra” (p. 85).

La muestra la constituyen 30 estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru, Cusco.

Técnicas e instrumentos de investigación

Técnicas

Se hizo uso de la técnica de la encuesta, que se define como un método de recogida de datos mediante el interrogatorio a los individuos con el objetivo de recoger datos de forma sistemática sobre la(s) variable(s) de estudio. Landeau (2007).

Por tratarse de un trabajo a distancia y por la consiguiente confidencialidad como resultado de la pandemia, la información se acopió utilizando la modalidad online, tomando en consideración la seguridad tanto del investigador como de los individuos del estudio. En esta ocasión, se usó el programa Google Forms.

Instrumentos

Es el componente que se usa para recoger y registrar datos en relación a una variable de estudio. Según Landeau (2007), estos posibilitan realizar la medición de las

respuestas de los encuestados, que se registran por medio de un código en un documento específico.

Para el estudio, se usaron 2 instrumentos para recoger datos sobre las 2 variables de estudio: el Cuestionario de Estrés Académico y el Inventario de Síntomas SLC-90-R para el estrés académico y el Inventario de Síntomas SLC-90-R para la salud mental.

Cuestionario de Estrés Académico

Ficha técnica

Instrumento 1: Estrés Académico

Autor: Arturo Barraza Macías

Nombre del instrumento: Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil.

Ubicación: Lima –Perú

Fecha de aplicación: 2021

Objetivo: Identificar el perfil descriptivo del Síndrome de Burnout en los estudiantes.

Administración:

Tiempo de duración: Aproximadamente 15 minutos.

Descripción del instrumento: este documento ha sido adaptado por la docente, autora de esta investigación, dado que algunas palabras plasmadas en el cuestionario de esta variable, carecen de relación alguna con el tipo de población que se estudia.

Baremo de interpretación del estrés académico

Niveles	Inteligencia emocional	Dim. 1	Dim 2	Dim 3
Severa	46-60	13-16	13-16	22-28
Moderado	31-45	6-12	6-12	15-21
Leve	15-30	4-8	4-8	7-14

Elección de técnica e instrumentos

Variable	Técnica	Instrumento
Variable 01: Estrés académico	Encuesta	Cuestionario
Variable 02: Salud mental	Encuesta	Cuestionario

Validación y confiabilidad del instrumento

Landeau (2007) "La validez es una noción exclusiva de la lógica, esta es una disciplina la cual sirve de instrucción sobre las condiciones de validez del razonamiento, la deducción y la proposición." (p.741).

En cuanto al establecimiento de la validez del instrumento: Síndrome de Burnout, se apeló al método de juicio por expertos por medio de 2 expertos en el tema y 1 metodólogo.

Los resultados de la validez de contenido:

Validez de contenido por Juicio de expertos

Indicador	J1	J2	J3	Σ	IA	V
Claridad	No	Si	si	2	0,7	67%
Coherencia	Si	Si	si	3	1	100%
Pertinencia	Si	Si	si	3	1	100%

Nota. J1, J2, J3 jueces. IA índice de aceptabilidad. V validez

Los resultados señalan que el instrumento tiene una elevada validez en la evaluación de los 3 jueces, obteniendo una valorización elevada.

Confiabilidad

Hernández et al (2016) indican que la confiabilidad hace referencia: "al nivel en la aplicación del instrumento, reiterada a un individuo en particular u objeto produciendo resultados similares" (p. 242).

La confiabilidad que se aplica a una de las variables, se ejecutó por medio del software SPSS Versión 23.

Resultado del análisis de confiabilidad según SPSS Versión 23

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cron Bach	N de elementos
0.894	15

Fuente: Reporte del SPSS 2

Tras la realización del estudio piloto, el instrumento fue sometido a una prueba de fiabilidad, en la que se evaluaron las respuestas de un grupo de personas para evaluar el nivel de aplicabilidad.

Según se observa en la anterior tabla, Cuyo valor global es de 0,894, el cual muestra un elevado nivel de confianza, lo que implica que nuestro instrumento es fiable.

Instrumento 2:

Inventario de síntomas SCL - 90 - R

Ficha técnica

Nombre: Inventario de síntomas SCL-90-R (Symptom Checklist 90 Revised)

Autores: Derogatis y Savitz (2000).

Adaptación: Saldaña Vásquez Angélica Judith y Sánchez Gonzales Diego Alonzo - Perú (2019)

Administración: Individual o colectiva.

Objetivo: Medir 9 dimensiones sintomáticas de psicopatología y tres índices globales de malestar.

Duración: aproximadamente ½ a 1 hora.

Aplicación: Individuos Iguales o mayores de 18 años.

La prueba está conformada por 90 preguntas, cuyas respuestas son califican en la escala Likert de 0 a 4 puntos, según sea gravedad de la experiencia negativa que el individuo

haya tenido en anteriores semanas. La herramienta permite evaluar y examinar los resultados en función de un conjunto de ocho dimensiones.

Dimensiones: obsesiones y compulsiones, depresión, hostilidad, ideación paranoide y psicotismo, Somatizaciones, sensibilidad interpersonal, ansiedad, ansiedad fóbica,

Validez: El instrumento fue validado por un grupo de especialistas integrado por tres profesionales conocedores y experimentados en el área psicológica (Anexo 5), ellos han evaluado los componentes del instrumento con los posteriores criterios: a) Deficiencia, b) relevancia, c) coherencia y d) claridad Para ello se utilizó el coeficiente de validez de contenido total (Hernández-Nieto, 2002). Dicho coeficiente fue de 0,959, lo cual señala que posee una excelente validez y correspondencia ($CVC > 0,90$).

Confiabilidad: De manera similar al instrumento previo, se ejecutó en concordancia con la medida de cohesión o consistencia interna (Hernández y Mendoza, 2018), haciendo uso del Alfa de Cronbach, a través de un estudio piloto. Para ello, se probó el instrumento en un grupo reducido de 20 profesores de secundaria del distrito de Huancavelica. El SCL-90-R Inventario de Síntomas tiene un nivel de confianza de 0,815 para 90 ítems, tal y como se presenta en la próxima tabla:

Estadística de confiabilidad del inventario de síntomas SCL-90-R

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	Número de elementos
0.815	0.815	90

Nota: Aplicación de la prueba piloto.

En este sentido, y tomando en cuenta a Lauriola (2003; citado en Hernández et al., 2016) de que el coeficiente de confianza de un instrumento tiene ser superior a 0,80, se puede decir que el SCL-90-R Inventario es fiable.

Técnicas de procesamiento y análisis de datos

El análisis de la data se realizó en dos fases, la primera mediante un análisis descriptivo de las variables con sus pertinentes dimensiones, obteniendo resultados de porcentajes y frecuencia, mientras que en la segunda fase considero el análisis inferencial, mediante la correlación entre las variables y las dimensiones a fin de validar o rechazar las hipótesis, para lo cual se utilizó el r de Pearson

RESULTADOS

3.1. Resultados descriptivos e interpretación de las variables

Tabla 1

Resultados de la variable estrés académico

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Leve	10	33,3%
Moderado	20	66,7%
Severa	0	0,0%
Total	30	100,0%

Fuente: Base de datos

Análisis

Observando la tabla anterior se tiene los resultados de estrés académico de los estudiantes del área de psicología del Instituto Túpac Amaru, donde el 66.7% presenta un estrés moderado y el 33.3% un estrés leve.

Tabla 2

Resultados de la dimensión agotamiento físico

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Leve	19	63,3%
Moderado	10	33,3%
Severa	1	3,3%
Total	30	100,0%

*Fuente: Base de datos***Análisis**

Observando la tabla 2 se tiene los resultados de la dimensión agotamiento físico de los estudiantes de la especialidad de psicología del Instituto Túpac Amaru, donde el 63.3% muestra un nivel leve, el 33.3% un nivel moderado y el 3.3% un nivel severo.

Tabla 3

Resultados de la dimensión agotamiento cognitivo

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Leve	17	56,7%
Moderado	13	43,3%
Severa	0	0,0%
Total	30	100,0%

*Fuente: Base de datos***Análisis**

Observando la tabla 3 se tiene los resultados de la dimensión agotamiento cognitivo de los estudiantes de la especialidad de psicología del Instituto Túpac Amaru, donde el 56.7% muestra un nivel leve y el 43.3% un nivel moderado.

Tabla 4

Resultados de la dimensión agotamiento emocional

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Leve	9	30,0%
Moderado	19	63,3%
Severa	2	6,7%
Total	30	100,0%

*Fuente: Base de datos***Análisis**

Observando la tabla 4 se tiene los resultados de la dimensión agotamiento emocional de los estudiantes de la especialidad de psicología del Instituto Túpac Amaru, donde el 63.3% muestra un nivel moderado, el 30.0% un nivel leve y el 6.7% un nivel severo.

Resultados de la variable salud mental

Tabla 5

Resultados de la variable salud mental

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nada	1	3.3%
Muy poco	15	50.0%
Poco	13	43.3%
Bastante	1	3.3%
Mucho	0	0.0%
Total	30	100,0%

Fuente: Base de datos

Análisis

Observando la tabla 5 se tiene los resultados de salud mental de los estudiantes del área de psicología del Instituto Túpac Amaru, donde el 50.0% presenta muy poca salud mental, el 43.3% una poca salud mental, el 3.3% bastante salud mental y el 3.3% restante nada de salud mental.

Tabla 6

Resultados de la dimensión somatización

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nada	5	16,7%
Muy poco	8	26,7%
Poco	12	40,0%
Bastante	3	10,0%
Mucho	2	6,7%
Total	30	100,0%

Fuente: Base de datos

Análisis

Observando la tabla 6 se tiene los resultados de somatización de los estudiantes del área de psicología del Instituto Túpac Amaru, donde el 40.0% presenta un nivel poco, el 26.7% un nivel muy poco, el 16.7% un nivel nada, el 10.0% un nivel bastante y el 6.7% un nivel mucho de somatización.

Tabla 7

Resultados de la dimensión obsesiones y compulsiones

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nada	9	30,0%
Muy poco	11	36,7%
Poco	7	23,3%
Bastante	3	10,0%
Mucho	0	0,0%
Total	30	100,0%

Fuente: Base de datos

Análisis

Observando la tabla se tiene los resultados de obsesiones y compulsiones de los estudiantes del área de psicología del Instituto Túpac Amaru, donde el 36.7% presenta un nivel muy poco, el 30.0% un nivel nada, el 23.3% un nivel poco y el 10.0% un nivel bastante de obsesiones y compulsiones.

Tabla 8

Resultados de la dimensión sensibilidad interpersonal

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nada	9	30,0%
Muy poco	7	23,3%
Poco	10	33,3%
Bastante	4	13,3%
Mucho	0	0,0%
Total	30	100,0%

Fuente: Base de datos

Análisis

Observando la tabla 8 se tiene los resultados de sensibilidad interpersonal de los estudiantes del área de psicología del Instituto Túpac Amaru, donde el 33.3% presenta un nivel poco, el 30.0% un nivel nada, el 23.3% un nivel muy poco y el 13.3% un nivel bastante de sensibilidad interpersonal.

Tabla 9

Resultados de la dimensión depresión

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nada	9	30,0%
Muy poco	11	36,7%
Poco	8	26,7%
Bastante	2	6,7%
Mucho	0	0,0%
Total	30	100,0%

Fuente: Base de datos

Análisis

Observando la tabla 9 se tiene los resultados de depresión de los estudiantes del área de psicología del Instituto Túpac Amaru, donde el 36.7% presenta un nivel muy poco, el 30.0% un nivel nada, el 26.7% un nivel poco y el 6.7% un nivel bastante de depresión.

Tabla 10Resultados de *la dimensión* ansiedad

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nada	8	26,7%
Muy poco	6	20,0%
Poco	11	36,7%
Bastante	4	13,3%
Mucho	1	3,3%
Total	30	100,0%

*Fuente: Base de datos***Análisis**

Observando la tabla se tiene los resultados de ansiedad de los estudiantes del área de psicología del Instituto Túpac Amaru, donde el 36.7% muestra un nivel poco, el 26.7% un nivel nada, el 20.0% un nivel muy poco, el 13.3% un nivel bastante y el 3.3% un nivel mucho de ansiedad.

Tabla 11

Resultados de la dimensión hostilidad

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nada	4	13,3%
Muy poco	15	50,0%
Poco	6	20,0%
Bastante	5	16,7%
Mucho	0	0,0%
Total	30	100,0%

Fuente: Base de datos

Análisis

Observando la tabla 11 se tiene los resultados de hostilidad de los estudiantes de la especialidad de psicología del Instituto Túpac Amaru, donde el 50.0% presenta un nivel muy poco, el 20.0% un nivel poco, el 16.7% un nivel bastante y el 13.3% un nivel nada de hostilidad.

Tabla 12

Resultados de la dimensión fobia

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nada	3	10,0%
Muy poco	4	13,3%
Poco	14	46,7%
Bastante	8	26,7%
Mucho	1	3,3%
Total	30	100,0%

Fuente: Base de datos

Análisis

Observando la tabla 12 se tiene los resultados de fobia de los estudiantes del área de psicología del Instituto Túpac Amaru, donde el 46.7% muestra un nivel poco, el 26.7% un nivel bastante, el 13.3% un nivel muy poco, el 10.0% un nivel nada y el 3.3% un nivel mucho de fobia.

Tabla 13Resultados de *la dimensión* ideación paranoide

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nada	9	30,0%
Muy poco	9	30,0%
Poco	7	23,3%
Bastante	5	16,7%
Mucho	0	0,0%
Total	30	100,0%

*Fuente: Base de datos***Análisis**

Observando la 13 se tiene los resultados de ideación paranoide de los estudiantes del área de psicología del Instituto Túpac Amaru, donde el 30.0% presenta un nivel muy poco, el 30.0% un nivel nada, el 23.3% un nivel poco y el 16.7% un nivel bastante de ideación paranoide.

Tabla 14Resultados de *la dimensión* psicotismo

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nada	4	13,3%
Muy poco	8	26,7%
Poco	16	53,3%
Bastante	1	3,3%
Mucho	1	3,3%
Total	30	100,0%

*Fuente: Base de datos***Análisis**

Observando la tabla 14 se tiene los resultados de psicotismo de los estudiantes del área de psicología del Instituto Túpac Amaru, donde el 53.3% presenta un nivel poco, el 26.7% muestra un nivel muy poco, el 13.3% un nivel nada, el 3.3% un nivel bastante y el 16.7% un nivel mucho de psicotismo.

Tabla 15*Pruebas de normalidad entre Estrés académico y Salud mental*

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Estrés académico	,143	30	,117	,953	30	,201
Salud mental	,097	30	,200*	,982	30	,873

Fuente: SPSS versión 25

Análisis

Se puede observar que la variable Estrés académico, se tiene que la significancia es mayor al valor p establecido por la tesis ($p < 0.201$), por lo que los datos representan una distribución normal. Respecto a la variable Salud mental, se tiene que la significancia es mayor al valor p establecido por la tesis ($p < 0.873$), por lo que los datos siguen una distribución normal. En conclusión, en vista de esto, se utilizará el coeficiente de correlación de Pearson para ver la correlación entre ambas variables.

Tabla 14*Correlación entre Estrés académico y Salud mental*

			Estrés académico	Salud mental
Pearson	Estrés académico	Coefficiente de correlación	1,000	,789
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	30	30
	Salud mental	Coefficiente de correlación	,789	1,000
		Sig. (bilateral)	,0000	.
		N	30	30

Fuente: SPSS vers. 25

Análisis

Al analizar la tabla 14, el cálculo del coeficiente de correlación entre Estrés académico y Salud mental, el p-valor hallado es 0.000, dado que su valor es inferior que el nivel de significancia establecido en el estudio de 0.05; se interpreta la existencia de relación entre las 2 variables.

Al ser dos variables cuantitativas, el coeficiente de correlación de Pearson de 0.789, refleja el nivel de relación las dos variables estudiadas, de forma descriptiva, muestra una considerable correlación positiva entre la variable Estrés académico y Salud mental.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En el presente trabajo se investigó la relación entre las variables estrés académico y salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco. Los resultados hallados en este estudio en relación a la hipótesis general han sido que el Valor p-valor hallado es 0.000, el cual el nivel de significancia es menor a lo establecido en el presente estudio de 0.05; por ende, se establece que entre ambas variables existe relación, coincidiendo con la investigación de Rodríguez y Durán (2018) en su tesis tomo el objetivo establecer la relación del estrés en la salud mental de los profesores universitarios. Se concluyó que, si un educador desea desenvolverse en actividades que reflejen mayores grados de desempeño, se tiene que disminuir los componentes de manejo de estrés.

Al respecto Díaz (2017) En el estudio llamado: estrés laboral y rendimiento de los profesores en centros educacionales de nivel primario del distrito de Andamarca – Concepción. Se llegó a concluir: Una correlación altamente significativa existente entre el estrés y rendimiento de los profesores en centros educacionales de nivel primario del distrito de Andamarca - Concepción, donde el coeficiente de correlación Rho de Spearman es (- 0.763**), indicando una correlación negativa significativa entre las variables.

En lo referente a Santos (2017) En el estudio llamado Prevalencia de estrés académico y factores asociados en estudiantes de ciencias de la salud de la Universidad Católica de Cuenca, 2017, Como conclusión: Los alumnos con estrés académico presentaron como factores de riesgo las carreras de Medicina y Odontología, mientras que las carreras de Psicología Clínica y Enfermería fueron factores de protección; los factores de riesgo y a veces de protección han sido el género, los años de vida, El lugar donde vive, el ciclo, la repetición, la función familiar, La utilización de bebidas alcohólicas, la depresión y el afrontamiento. Esto coincide con las conclusiones del estudio, que son factores esenciales en la trayectoria universitaria de un estudiante.

Finalmente, Socorro (2016), En su investigación los "Factores que influyen en el estrés de los educadores de nivel secundario de la escuela San José de Monterrico", Tomo como objetivo el determinar los factores que influyen en el estrés de los educadores de nivel secundario de dicha escuela. Los resultados muestran que factores

vinculados al estrés, como el estar ansioso, deprimido, las creencias, sentirse presionado, la falta de motivación y el afrontamiento erróneo, son causantes de estrés o síntomas del síndrome de Burnout en los pedagógicos de Lima.

CONCLUSIONES

Primera: Existe relación entre ambas variables, el resultado que es aprobado con la prueba de r de Pearson al exponer que el valor del coeficiente de correlación es de 0.789, el cual muestra un nivel de correlación positiva alta, y el valor de p (nivel de significancia) es $0,000 < 0.05$. (Pearson =0.789; $p= 0.000 < 0.05$)

Segunda: Los resultados de la estadística descriptiva para la variable salud mental demostraron que el 50% de los alumnos de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru, Cusco, presenta una muy poca salud mental mientras que el 43.3% tiene una poca salud mental, el 3.3 % restante presenta una salud mental buena.

Tercera: Se puede llegar a la conclusión, de acuerdo a los resultados hallados cuantitativamente para la variable estrés académico que el 66% presenta un estrés académico moderado, el 33,3% tiene un agotamiento emocional leve; mientras que, el 0% restante presenta un agotamiento emocional severo.

RECOMENDACIONES

Primera: Impulsar la propagación de las resultantes de los estudios de pre-grado en revistas de carácter científico, de igual manera se tiene que difundir dichos resultados por medio de congresos, seminarios u otros de tal forma que se hagan observables para la comunidad científica.

Segunda: Optimizar la utilización de los métodos de investigación, haciendo especial énfasis a los métodos que se aplican al momento de estudiar el estrés académico y la salud psicológica de los alumnos. De igual forma, se recomienda que, tomando como punto de inicio esta tesis, se realicen investigaciones que posibiliten tratar en toda su extensión el problema de la salud mental y estrés en los estudiantes.

Tercera: Utilizar estos resultados de este estudio con responsabilidad en la optimización de las problemáticas de estrés académico y salud mental de los estudiantes.

Cuarta: Hacer uso de los resultados del estudio como fundamento para fortificar las habilidades para enfrentar la variedad de circunstancias de estrés en los estudiantes del Instituto Túpac Amaru de la carrera profesional de enfermería técnica, por medio de programas y clubs online.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios, a mis padres e hijo por todo el apoyo incondicional y la fortaleza que a diario me fueron transmitiendo. Así mismo a mi asesor y a los docentes que trabajan en la Universidad por los importantes aportes y sugerencias y por haberme encaminado de manera adecuada en la culminación de mi tesis.

A cada uno de ellos agradezco infinitamente.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

- Arias, F. (2016). *El proyecto de investigación*. Caracas: Editorial Episteme.
- Asociación Americana de Psiquiatría APA. (2014). *DSM-5. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. (5a ed.). Washington, DC: Panamericana.
- Ander-Egg. (2013). *Diccionario de psicología*. Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Fondo Editorial.
- Bastidas de Miguel A.M. (2011). *Psicoterapia aplicada a un caso de terrores nocturnos con ansiedad generalizada provocada por multitud de fobias*. XII Congreso Virtual de Psiquiatría (6conf1550204). Psiquiatria.com. Interpsiquis Feb-Mar 2011. <http://www.psiquiatria.com/bibliopsiquis/handle/10401/2187?mode=full>
- Barraza, A. (2016). Estrés académico y Burnout estudiantil. Análisis de su relación en alumnos de licenciatura .12 (22) Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3265008>.
- Consuegra, A. (2010). *Diccionario de psicología* / Natalia Consuegra Anaya. Segunda edición. Bogotá: Ecoe Ediciones.
- Derogatis, L. R. & Savitz, K. L. (2012). The SCL-90-R and Brief Symptom Inventory (BSI) in primary care. In M. E. Maruish (Ed.), *Handbook of psychological assessment in primary care setting* (pp. 297-334). Mahwah: Lawrence Erlbaum.
- Díaz, M. (2017) *Estrés laboral y desempeño docente en instituciones educativas de primaria del Distrito de Andamarca – Concepción* (Tesis para optar el Grado Académico de Maestro en Educación - Mención: Gestión Educativa). Universidad Nacional del Centro del Perú – Unidad de Posgrado de la Facultad de Educación, Huancayo – Perú. <http://repositorio.uncp.edu.pe/handle/UNCP/5288>
- Esteban, F., Reyes, S., Charcape, E. (2006). *Baremación del SCL 90-R en 69 internos de EE.PP*. Lima: INPE. Recuperado de <http://bit.ly/2iBZ8Be>
- Franco, V. (2015). La medición del estrés en contextos académicos en estudiantes universitarios. (Tesis doctoral). España: Universidad de Coruña.

- García, J.; García, T.E.; Ortiz y Centelles (2014). *Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud*. Rev. Cubana Med. Gen. Integr. vol.30 no.3. Ciudad de La Habana. jul.-set. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252014000300009
- Gómez, C. (2010). *El estrés laboral: una realidad actual*. *Summa Humanitatis*, 3(1). http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/summa_humanitatis/article/view/2330
- Huarcaya, J. (2020). *Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19*. Revista peruana de medicina experimental y salud pública, vol. 37 (2). <https://rpmesp.ins.gob.pe/index.php/rpmesp/article/view/5419>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2016). *Metodología de la investigación*. (6ª ed.). México: Editorial McGraw-Hill. Recuperado de: <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wpcontent/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Hernández, L. (2005). *Estrés laboral*. Veracruz. <http://cdigital.uv.mx/bitstream/LeydiHernandezLazaro.pdf>
- Landeau, R. (2007) *Elaboración de trabajos de investigación*. Venezuela: Editorial Alfa.
- Lazcano M. (2017). *Nivel de Impacto de la sensitivid interpresonal en pacientes mal adherentes al tratamiento de la terapia antirretroviral de gran actividad de VIH en el hospital Enrique Garcés*. <http://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/7469/1/UDLA-EC-TPC-2017-14.pdf>.
- Lara, C.M. (2018). *Relación entre síntomas de salud mental, procrastinación académica y rendimiento académico en estudiantes de Psicología de la Universidad Alas Peruanas filial Huancavelica*. Tesis de posgrado. Universidad Nacional de Huancavelica. <http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/2380/TESIS-FED-2018-LARA%20TORRESpdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Lee, Y. (2000). A study of the emotional characteristics of temporomandibular disorder patients using SCL-90-R. 3:25-34. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/2606992/>

- Lemos, L. y López, B. (2018). Estrés y Salud Mental en alumnos de Medicina: Relación con Afrontamiento y Actividades Extracurriculares.(Tesis de Maestría)
- Macaya, X.C.; Pihan, R. y Vicente, B. (2018). *Evolución del constructo de Salud mental desde lo multidisciplinario*. Revista Humanidades Médicas 2018;18 (2); pp. 215-232. Centro de Desarrollo de las Ciencias Sociales y Humanísticas en Salud. <http://scielo.sld.cu/pdf/hmc/v18n2/1727-8120-hmc-18-02-338.pdf>
- Micin, S. y Bagladi, V. (2011). *Salud Mental en Estudiantes Universitarios: Incidencia de Psicopatología y Antecedentes de Conducta Suicida en Población que Acude a un Servicio de Salud Estudiantil*. Terapia Psicológica 2011, Vol. 29, N° 1, 53-64. Sociedad Chilena de Psicología Clínica. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082011000100006
- OMS (2018). *Programa sobre Envejecimiento y Salud. Envejecimiento saludable. El envejecimiento y la actividad física en la vida diaria*. Ginebra.
- Ortiz, L. (2020). El estrés académico: Una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. Revista Electrónica de Psicología Iztacala, 14(2), 1. Recuperado de <http://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/26023/24499>
- Organización Mundial de la Salud OMS. (2018). *Promoción de la Salud Mental: conceptos, evidencia emergente, práctica*. Informe compendiado. https://www.who.int/mental_health/evidence/promocion_de_la_salud_mental.pdf
- Pérez, D.; García, J.; García, T.E.; Ortiz, D. y Centelles, M. (2014). *Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud*. Revista Cubana de Medicina General Integral. 30(3):354-363. <http://scielo.sld.cu> 354.
- Posada, E. J. (2011). *La relación trabajo- estrés laboral en los colombianos*. Rev. CES Salud Pública 2011; 2(1): 66-73. https://revistas.ces.edu.co/index.php/ces_salud_publica/article/view/1449/913

- Quiroz I. (2017). *Estandarización del cuestionario SCL 90-r en adolescentes de educación básica regular de dos distritos de Lima-Sur*. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/432/1/KELY%20QUIROZ%20IMAN.pdf>
- Rivera, P.T. (2015). *Los niveles de estrés y su influencia en la gestión pedagógica de los docentes del nivel secundaria de la Institución Educativa “Daniel Becerra Ocampo” de Ilo durante el periodo 2006-2007*. Tesis de Maestría. Lima. Universidad Nacional Enrique Guzmán y Valle-La Cantuta.
- Restrepo, O, Jaramillo E, Juan C. (2012). *Concepciones de salud mental en el campo de la salud pública*. Rev. Fac. Nac. Salud Pública. 30(2): 202-211. <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v30n2/v30n2a09.pdf>
- Rojas, C.; De Lima, M.A.; Eblen, A. y Trellez, P. (2019). *Salud y Enfermedad Mental. Del Corpus Hippocraticum a una aproximación termodinámica*. Revista de Neuropsiquiatría. 82(4):274-284. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v82n4/a06v82n4.pdf>
- Rodríguez, L.A.; Bermello, I.D.; Pinargote, E.I. y Durán, U.C. (2018). *El estrés y su impacto en la salud mental de los docentes universitarios*. Revista Caribeña de Ciencias Sociales, marzo. <https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/03/estres-docentes-universitarios.html>
- Santos, D. (2017). *Prevalencia de estrés académico y factores asociados en estudiantes de ciencias de la salud de la Universidad Católica de Cuenca, 2017*. (Tesis de Licenciatura)
- Saldaña, P y Sánchez, T. (2019). *Estrés académico en estudiantes de tecnología superior*. Universitas, Revista de Ciencias Sociales y Humanas, (28), 193-209. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6325044>
- Socorro, G. (2016). *Factores que influyen en el estrés de los educadores de nivel secundario de la escuela San José de Monterrico*. (Tesis de Maestría)

- Rosales, D. (2014). *El síndrome de Burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión*. México: Editorial McGraw-Hill Interamericana
- Rodríguez, A.; Toro, J. y Martínez, A. (2009). *El Trastorno Obsesivo-Compulsivo: Escuchando las voces ocultas*. Revista Puertorriqueña de Psicología, vol. 20, pp. 7-32 Asociación de Psicología de Puerto Rico San Juan, Puerto Rico.
<https://www.redalyc.org/pdf/2332/233216361001.pdf>
- Ticona, S.B.; Paucar, G. y Llerena, G. (2010). *Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la facultad de enfermería –UNSA Arequipa. 2006*. Revista electrónica de Enfermería, 19, junio.
<http://scielo.isciii.es/pdf/eg/n19/docencia1.pdf>
- Zúñiga, S. y Pizarro, V. (2018). *Estrés Laboral en Docentes de un Colegio Público Regional Chileno*. Universidad Católica del Norte, Escuela de Ciencias Empresariales, Larrondo 1281, Coquimbo-Chile.
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/infotec/v29n1/0718-0764-infotec-29-01-00171.pdf>

ANEXOS

ANEXO 1

INSTRUMENTO

INSTRUMENTO PARA RECOLECTAR DATOS DE ESTRÉS ACADÉMICO

Querido estudiante:

Responde las siguientes preguntas para realizar un estudio sobre: el Síndrome De Burnout

Marca con un aspa (X) en el casillero de la alternativa que creas conveniente.

Los valores son los siguientes:

- 1.- Nunca
- 2.- Algunas veces
- 3.- Casi Siempre
- 4.- Siempre

Nº	PREGUNTAS	N	A.V.	C.S.	S
1	El tener que asistir diariamente a clases me cansa.				
2	Mis problemas universitarios me estresan fácilmente.				
3	Durante la mayoría de clases me siento somnoliento.				
4	Creo que estudiar hace que me sienta agotado.				
5	Cada vez me es más difícil concentrarme en las clases.				
6	Me desilusionan mis estudios.				
7	Antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado.				
8	No me interesa asistir a clases.				
9	Cada vez me cuesta más trabajo ponerle más atención al maestro.				
10	El asistir a clases se me hace aburrido.				
11	Siento que estudiar me está desgastando físicamente.				
12	Cada vez me siento más frustrado por ir a la universidad.				
13	No creo que terminar con éxito mis estudios.				
14	Siento que tengo más problemas para recordar lo que estudio.				
15	Creo que estudiar me está desgastando emocionalmente.				

BAREMO ESTRÉS ACADEMICO

Estrés académico	
Leve	15-30
Moderado	31-45
Severa	46-60
Agotamiento Físico	
Leve	4-8
Moderado	9-12
Severa	13-16
Agotamiento Cognitivo	
Leve	4-8
Moderado	9-12
Severa	13-16
Agotamiento Emocional	
Leve	7-14
Moderado	15-21
Severa	22-28

INVENTARIO DE SINTOMAS SCL-90-R DEL. DEROGATIS

Instrucciones

A continuación le presentamos una lista de problemas que tiene la gente. Lea cada una de ellos marque su respuesta con una cruz en la casilla correspondiente, pensando en cómo se sintió, en qué medida ese problema le ha preocupado o molestado durante la última semana. (7 días)

Tiene 5 posibilidades de respuesta

Nº	ITEMS	Nada	Muy poco	Poco	Bastante	Mucho
1	Dolores de cabeza					
2	Nerviosismo o agitación interior					
3	Pensamientos, palabras o ideas no deseadas que no se le van de su mente					
4	Sensación de desmayo o mareo					
5	Perdida del deseo o placer sexual					
6	Crítica a los demás					
7	La idea de que la otra persona puede controlar sus pensamientos					
8	La impresión de que la mayoría de sus problemas son culpa de los demás					
9	Dificultad para acordar las cosas					
10	Preocupaciones acerca del desaseo el descuido o la desorganización					
11	Sentirse fácilmente irritado o enfadado					
12	Dolores en el corazón o en el pecho					
13	Sentir miedo de los espacios abiertos o de la calle					
14	Sentir bajo de energías o decaído					
15	Pensamientos o ideas de acabar con su vida					
16	Oír voces que otras personas no oyen					
17	Temblores					
18	La idea que no se puede confiar de la mayoría de las personas.					
19	Falta de apetito					
20	Llora por cualquier cosa					
21	Se siente incómodo con el otro sexo					
22	La sensación de estar atrapado o como encerrado					
23	Tener miedo de repente sin razón.					
24	Arrebatos de cólera o ataques de furia que no logra controlar					
25	Miedo a salir de casa solo					
26	Culparse a sí mismo de lo que pasa					
27	Dolores en la parte baja de la espalda					
28	Sentirse incapaz de lograr cosas					

29	Sentirse solo					
30	Sentirse triste					
31	Preocuparse demasiado por las cosas					
32	No sentir interés por las cosas					
33	Sentirse temeroso					
34	Ser demasiado sensible o sentirse herido con facilidad					
35	La impresión de que los demás se dan cuenta de sus pensamientos					
36	La sensación de que los demás no le comprenden o no le hacen caso					
37	La impresión de que la gente es poca amistosa o que ud. No les gusta					
38	Tener que hacer las cosas muy despacio para estar seguro de que las hace bien					
39	Que el corazón le palpita o le vaya muy de prisa					
40	Nauseas o malestar en el estomago					
41	Sentirse inferior a los demás					
42	Dolores musculares					
43	Sensación de que otras personas le miran o hablen mal de usted					
44	Dificultad para conciliar el sueño					
45	Tener que comprobar una y otra vez lo que hace					
46	Encontrar difícil el tomar decisiones					
47	Sentir temor a viajar en coches, autobuses, trenes etc.					
48	Dificultad para respirar					
49	Sentir calor o frio de repente					
50	Tener que evitar ciertas cosas , lugares o actividades porque le dan miedo					
51	Que se las quede la mente en blanco					
52	Endurecimiento u hormigueo en cualquier parte del cuerpo					
53	Sentir un nudo en la garganta					
54	Sentirse desesperado con respecto al futuro					
55	Tener dificultad para concentrarse					
56	Sentirse débil en alguna parte del cuerpo					
57	Sentirse tenso o agitado					
58	Pesadez en los brazos o en las piernas					
59	Pensamientos sobre la muerte o el hecho de morir					
60	El comer demasiado					
61	Sentirse incomodo cuando la gente le mira o le habla acerca de Ud.					
62	Tener pensamientos que no son suyos					
63	Sentir el impulso de golpear herir o hacer daño a alguien					
64	Despertarse de madrugada					

65	Tener que respirar las mismas acciones tales como tocar contar y lavar					
66	Sueño inquieto o desvelarse fácilmente					
67	Tener fuertes deseos de romper algo					
68	Tener ideas o creencias que los demás no comparten					
69	Sentirse muy cohibido entre otras personas					
70	Sentirse muy incómodo entre mucha gente como ejmp. En el cine en las tiendas. etc.					
71	Sentir que todo tiene un gran esfuerzo					
72	Ataques de terror o pánico					
73	Sentirse incomodo comiendo o bebiendo con publico					
74	Tener discusiones frecuentes					
75	Sentirse nervioso cuando se encuentra solo					
76	Sentirse que los demás no lo valoran como merece					
77	Sentirse solo aunque este con más gente					
78	Sentirse tan inquieto que no puede ni estar sentado tranquilo					
79	La sensación de ser inútil o no valer nada					
80	Pensamientos de que va pasar algo malo					
81	Tener deseos de gritar o tirar cosas					
82	Tener miedo de desmayarse publico					
83	Sentir que se aprovechan de ud. Si los deja					
84	Tener pensamientos o imágenes estremecedoras que le dan miedo					
85	Sentir que debo ser castigado por mis pecados					
86	Tener imágenes y pensamientos que me dan miedo					
87	La idea de que algo anda mal en su cuerpo					
88	No sentirse cercano o intimo con nadie					
89	Sentimiento de culpabilidad					
90	La idea de que algo anda mal en su mente					

BAREMO SALUD MENTAL

Salud mental	
Nada	0-72
Muy poco	73-144
Poco	145-216
Bastante	217-288
Mucho	289-360
Somatización	
Nada	0-9
Muy poco	10-18
Poco	19-26
Bastante	27-35
Mucho	36-44
Obsesiones y Compulsiones	
Nada	0-8
Muy poco	9-16
Poco	17-24
Bastante	25-32
Mucho	33-40
Sensibilidad Interpersonal	
Nada	0-7
Muy poco	8-14
Poco	15-22
Bastante	23-29
Mucho	30-36
Depresión	
Nada	0-10
Muy poco	11-21
Poco	22-31
Bastante	32-42
Mucho	43-52

Ansiedad	
Nada	0-8
Muy poco	9-16
Poco	17-24
Bastante	25-32
Mucho	33-40
Hostilidad	
Nada	0-5
Muy poco	6-10
Poco	11-14
Bastante	15-19
Mucho	20-24
Fobia	
Nada	0-6
Muy poco	7-11
Poco	12-17
Bastante	18-22
Mucho	23-28
Ideación paranoide	
Nada	0-5
Muy poco	6-10
Poco	11-14
Bastante	15-19
Mucho	20-24
Psicotismo	
Nada	0-8
Muy poco	9-16
Poco	17-24
Bastante	25-32
Mucho	33-40

ANEXO 2

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: ESTRÉS ACADÉMICO Y SALUD MENTAL EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA TÉCNICA DEL INSTITUTO TÚPAC AMARU, CUSCO-2021

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA
<p>Pregunta general. ¿Cuál es la relación entre estrés académico y salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco 2021?</p> <p>Preguntas específicas: a) ¿Cuál es el nivel de estrés académico en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco?, B) ¿Cuál es el nivel de la salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco 2021?,c) ¿Cuál es el grado de relación entre el</p>	<p>Objetivo general Conocer la relación que existe entre el estrés académico y salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco.</p> <p>Objetivos específicos: a) Determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco 2021 b), Determinar el nivel de la salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de</p>	<p>Hipótesis alterna Existe una relación significativa entre estrés académico y salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco.</p> <p>Hipótesis nula sería no existe una relación significativa entre estrés académico y salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco 2021</p>	<p>Variable 1: Estrés académico.</p> <p>Dimensiones: - Agotamiento Físico - Agotamiento Cognitivo - Agotamiento Emocional</p> <p>Variable 2: Salud mental</p> <p>Dimensiones: - Somatización - Obsesiones y Compulsiones - Sensibilidad Interpersonal - Depresión - Ansiedad - Hostilidad - Fobia</p>	<p>Enfoque de investigación Cuantitativa</p> <p>Nivel de investigación Básica</p> <p>Tipo de investigación Correlacional</p> <p>Diseño de la investigación No-Experimental</p> <p>Técnica e instrumentos Variable 1: Encuesta-Cuestionario Variable 2: Encuesta-Cuestionario</p>

<p>estrés académico y la salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru, Cusco-2021?</p>	<p>enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco, c) Establecer el grado de relación entre el estrés académico y la salud mental en los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del Instituto Túpac Amaru-Cusco.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Ideación paranoide - Psicoticismo 	
---	---	--	--	--

BASE DE DATOS-ESTRÉS ACADÉMICO

N	Agotamiento Físico					Agotamiento Cognitivo					Agotamiento Emocional								Total
	P1	P3	P7	P11	T	P5	P9	P14	P4	T	P2	P6	P8	P10	P12	P13	P15	T	
1	1	1	1	2	5	1	1	1	1	4	4	2	1	1	2	2	1	13	22
2	3	2	3	2	10	3	2	2	2	9	3	2	2	2	2	2	4	17	36
3	2	1	2	2	7	2	3	2	2	9	4	1	4	4	2	2	2	19	35
4	2	1	1	1	5	2	2	2	2	8	4	3	1	3	3	1	4	19	32
5	2	1	3	3	9	3	4	1	1	9	1	2	3	2	2	1	4	15	33
6	1	1	1	2	5	1	1	1	1	4	3	2	2	2	2	3	3	17	26
7	2	1	2	2	7	4	3	3	2	12	1	2	2	3	1	1	4	14	33
8	2	1	1	2	6	2	2	3	1	8	2	4	1	4	2	3	4	20	34
9	2	2	2	3	9	2	3	1	2	8	4	3	3	1	4	1	2	18	35
10	1	3	3	1	8	1	2	2	3	8	4	4	1	3	2	4	1	19	35
11	3	1	1	2	7	1	1	2	1	5	1	3	1	2	2	3	3	15	27
12	2	1	3	1	7	2	2	3	2	9	3	2	1	1	2	3	3	15	31
13	3	2	1	4	10	1	3	3	1	8	1	1	3	1	1	3	4	14	32
14	2	1	2	2	7	2	1	1	2	6	2	1	2	1	1	4	3	14	27
15	1	1	2	2	6	2	2	3	2	9	2	4	4	4	1	3	1	19	34
16	1	3	1	3	8	2	1	4	4	11	2	4	1	1	1	4	4	17	36
17	4	1	1	1	7	3	3	3	3	12	3	4	4	4	4	3	4	26	45
18	1	2	2	2	7	1	1	1	3	6	1	2	2	1	4	4	1	15	28
19	3	3	2	2	10	2	1	3	1	7	2	4	3	2	1	2	3	17	34
20	2	1	1	2	6	1	3	1	2	7	1	2	2	1	2	1	2	11	24
21	1	4	3	1	9	2	3	1	2	8	1	3	1	2	2	1	2	12	29
22	1	1	4	1	7	2	1	3	2	8	4	1	1	3	4	4	1	18	33
23	2	1	2	1	6	2	1	2	1	6	4	1	3	3	3	3	3	20	32
24	3	4	2	1	10	3	2	1	4	10	1	2	2	2	4	3	2	16	36

25	2	1	2	1	6	2	3	3	1	9	1	1	1	1	3	4	2	13	28
26	1	2	2	1	6	1	1	1	2	5	3	2	2	3	2	2	3	17	28
27	3	3	2	2	10	4	4	2	1	11	4	2	3	3	4	4	4	24	45
28	3	2	2	3	10	2	2	2	4	10	3	3	3	3	2	4	2	20	40
29	1	4	4	4	13	1	1	2	2	6	2	1	1	2	1	2	1	10	29
30	1	4	3	3	11	4	1	2	3	10	1	1	3	2	1	1	1	10	31

BASE DE DATOS-SALUD MENTAL

N	Somatización												Obsesiones y Compulsiones										Sensibilidad Interpersonal										
	P1	P4	P12	P27	P40	P42	P49	P52	P53	P56	P58	T	P3	P9	P10	P28	P38	P45	P46	P51	P55	P65	T	P6	P21	P34	P36	P37	P41	P61	P69	P73	T
1	2	0	0	2	0	0	0	1	0	1	1	7	2	0	0	3	0	0	0	1	1	0	7	1	1	0	2	0	0	1	1	1	14
2	1	2	1	2	2	2	1	3	2	1	0	17	3	0	1	3	1	1	0	2	3	1	15	4	3	4	2	4	3	3	4	2	32
3	0	4	4	1	1	4	4	2	4	2	4	30	3	1	1	0	4	4	2	3	4	3	25	0	4	0	1	2	3	4	4	2	55
4	2	4	4	1	4	3	1	1	1	3	2	26	3	1	1	3	1	4	4	4	0	0	21	2	1	1	0	1	1	1	0	0	47
5	2	2	0	0	2	0	0	0	0	0	0	6	0	1	2	3	1	3	4	3	3	4	24	1	2	1	3	1	0	0	4	2	30
6	1	2	3	1	0	0	4	4	4	0	1	20	4	3	0	0	1	4	1	1	2	4	20	3	0	2	2	0	1	3	0	0	40
7	0	1	4	1	1	3	3	3	2	0	2	20	2	1	1	4	4	3	0	4	4	0	23	3	1	4	3	2	0	1	0	4	43
8	2	0	4	3	4	0	0	1	1	1	0	16	4	1	1	4	3	2	0	2	3	0	20	3	1	1	1	4	2	0	0	1	36
9	4	0	1	1	0	0	4	0	4	3	4	21	0	4	2	4	0	2	0	2	4	1	19	3	2	4	0	3	2	0	2	1	40
10	0	3	1	0	2	0	2	0	0	0	0	8	1	2	0	0	0	2	4	4	3	0	16	0	3	4	4	2	2	4	2	1	24
11	0	1	0	2	3	4	0	0	3	2	1	16	2	1	1	0	4	2	2	2	1	1	16	1	1	0	4	2	1	0	1	3	36
12	1	4	4	1	4	4	2	4	0	1	2	27	1	1	0	1	1	3	0	1	0	0	8	1	0	2	1	1	4	1	4	4	35
13	4	4	0	2	3	3	3	3	0	1	1	24	0	2	0	0	0	3	0	1	0	1	7	4	1	1	2	4	2	2	3	2	31
14	4	0	1	4	2	0	4	0	4	1	1	21	0	1	4	1	1	3	4	1	0	0	15	1	0	3	0	0	1	0	0	1	36
15	2	4	3	4	4	4	3	3	3	4	2	36	3	0	2	1	0	0	2	1	1	3	13	2	4	1	1	3	1	4	1	4	40
16	0	4	3	2	2	0	4	2	4	2	2	25	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	6	2	0	0	0	2	0	1	1	0	31
17	1	1	1	1	0	3	3	1	1	1	3	16	3	4	0	1	0	3	0	1	0	1	13	0	4	4	1	0	0	4	3	4	29
18	2	1	2	1	1	1	3	1	0	2	2	16	0	0	2	0	0	0	1	1	0	0	4	1	1	2	0	0	0	2	1	1	20
19	3	2	2	3	2	2	3	1	0	2	0	20	0	0	0	0	1	2	2	0	0	0	5	1	3	1	0	0	0	0	1	1	25
20	0	0	1	0	2	1	0	0	1	1	1	7	0	0	1	0	1	0	0	2	1	2	7	1	1	0	0	0	1	1	0	1	14
21	3	2	3	2	4	3	2	2	4	2	0	27	2	2	1	1	4	1	4	3	3	1	22	0	0	1	0	1	0	1	1	1	49
22	2	0	4	4	1	3	0	0	3	3	0	20	2	0	1	1	3	1	1	1	4	2	16	3	2	2	4	3	2	4	2	2	36
23	1	0	3	3	0	2	3	4	0	1	0	17	0	0	1	0	1	4	0	0	4	3	13	0	1	3	0	2	4	0	3	3	30
24	2	1	4	0	1	3	3	2	4	2	4	26	2	1	1	0	1	1	3	2	0	1	12	4	2	3	4	4	3	1	4	2	38

25	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	7	1	0	2	0	0	0	1	1	1	3	9	1	0	2	1	0	0	1	1	0	16
26	2	4	2	1	0	3	2	0	2	2	3	21	0	1	1	0	0	3	1	0	0	3	9	0	0	1	0	4	0	0	1	3	30
27	2	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	38	4	2	2	4	4	3	3	3	4	0	29	2	0	4	1	4	0	0	1	4	47
28	0	2	3	3	0	4	4	2	4	1	2	25	3	2	4	3	2	4	4	1	0	2	25	3	2	4	4	4	1	1	4	1	50
29	1	0	3	3	0	1	4	2	1	3	0	18	0	1	0	1	1	0	0	3	1	0	7	0	0	0	1	0	0	1	1	1	25
30	4	0	1	1	1	1	3	1	0	0	3	15	0	0	0	3	2	0	0	1	1	1	8	4	1	0	1	0	3	1	0	1	23