



Ciencia Latina
Internacional

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), julio-agosto 2024,
Volumen 8, Número 4.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i4

**ESTRÉS ACADÉMICO Y
COMPORTAMIENTO EN LOS ESTUDIANTES
DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA**

**ACADEMIC STRESS AND BEHAVIOR IN STUDENTS AT
A PRIVATE UNIVERSITY**

Bernard Pavel Barreto Veliz
Universidad de San Martín de Porres, Perú

Leidy Luz Salas Cantaro
Universidad Privada del Norte, Perú

DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i4.12297

Estrés Académico y Comportamiento en los Estudiantes de una Universidad Privada

Bernard Pavel Barreto Veliz¹bbarretov@usmp.pe<https://orcid.org/0000-0003-1021-2210>Universidad de San Martín de Porres
Perú**Leidy Luz Salas Cantaro**leidysc.05@gmail.com<https://orcid.org/0009-0000-3090-4332>Universidad Privada del Norte
Perú

RESUMEN

El presente trabajo aborda el nivel de estrés académico que están sujetos los alumnos de educación superior. El objetivo fue determinar el grado de estrés en los estudiantes en una universidad privada, periodo académico 2023 – 1. El estudio es cuantitativo, correlacional, diseño no experimental y transversal. La muestra estuvo integrada por 142 alumnos pertenecientes a las carreras de enfermería, psicología y arquitectura que cursan los primeros cinco semestres de la Universidad César Vallejo, sede Los Olivos, de sexos masculino y femenino con un grupo de edades de 18 a 35 años. Para la recolección de datos se aplicó una encuesta, mediante, un formulario de 16 preguntas cerradas teniendo una escala Likert. El resultado más importante indica que el estrés académico en los alumnos de la Universidad César Vallejo se ve con mayor incidencia en las mujeres y tiene una correlación de Pearson de $r=0.589$, esto indica que, a más padecimiento de estrés académico la conducta alterada del estudiante es moderadamente mayor. Estos resultados son de gran preeminencia porque señalan la relevancia de la gestión del estrés, para elevar la calidad de vida del universitario.

Palabras clave: estrés académico, comportamiento, estudiantes, universidad

¹ Autor principal

Correspondencia: bbarretov@usmp.pe

Academic Stress and Behavior in Students at a Private University

ABSTRACT

This paper addresses the level of academic stress that higher education students are subjected to. The objective was to determine the degree of stress in students at a private university, academic period 2023 – 1. The study is quantitative, correlational, non-experimental and cross-sectional in design. The sample was made up of 142 students belonging to the nursing, psychology and architecture careers who are studying the first five semesters of the César Vallejo University, Los Olivos campus, male and female with an age group of 18 to 35 years. A survey was applied for data collection, using a form of 16 closed questions with a Likert scale. The most important result indicates that academic stress in students of the César Vallejo University is seen with a higher incidence in women and has a Pearson correlation of $r=0.589$, this indicates that, the more academic stress suffers, the altered behavior of the student is moderately greater. These results are of great importance because they point out the relevance of stress management to raise the quality of life of university students.

Keywords: academic stress, behaviour, students, university

Artículo recibido 10 junio 2024

Aceptado para publicación: 15 julio 2024



INTRODUCCIÓN

De acuerdo con la (Organización Mundial de la Salud , 2023) el estrés se entiende como un conjunto de acciones fisiológicas que predisponen al cuerpo ante una alteración. En tal sentido, es la forma en que nuestro cuerpo responde de manera eficaz a diversas circunstancias que se van a generando a lo largo de nuestra vida. Pero, además se presentan desequilibrios naturales a estas reacciones y debido a diversas situaciones las personas están impedidas de enfrentarlas, es ahí donde sin control alguno se produce una tensión, lo que seguidamente se convierte en síntomas subsecuentes que afectan la salud de las personas (Silva, López, & Meza, 2019).

Por otro lado, para (Cassaretto, Vilela, & Gamarra, 2021) el estrés es un proceso que nace de la vinculación de las personas con su entorno, donde se evidencia dos tipos de escenarios: a) se verifica que la situación actual es beneficioso o perjudicial para el individuo; y b) se determina si se tiene todos los recursos necesarios para poder afrontar la necesidad. Es necesario mencionar que, la respuesta adaptativa y cotidiana que crea una reacción es el estrés que nos permite enfrentar nuevos desafíos o situaciones que se perciben como una amenaza o de alguna manera peligrosa. Por ende, es un recurso que nos da la capacidad de adaptarnos ante las exigencias de nuestro entorno. Asimismo, se cuenta con información que a nivel global el estrés es una contrariedad que afecta a una diversidad de universitarios, debido a ello es nombrado como el enemigo silencioso de los estudiantes (Toribio Ferrer & Franco Barcernas , 2016).

Mientras que el estrés académico se da cuando el estudiante experimenta un momento de tensión debido a que se encuentra dentro de un periodo de aprendizaje constante, especialmente en los alumnos de educación superior, teniendo como causas a las diferentes situaciones que están asociadas con las actividades en el ámbito educativo. Es decir, cuando se encuentra ante diversos escenarios del aspecto académico donde el alumno pueda responder de manera positiva o negativa en consecuencia de los requerimientos que inciden en su desempeño (Alfonso, Calcines, Monteagudo de la Guardia, & Nieves, 2015). Así mismo, el estrés académico se evidencia en los diferentes ciclos de la vida y se presenta en tres momentos: primero cuando los estudiantes ingresan a la universidad donde poseen las exigencias y demandas que son considerados estresores. El segundo momento se da cuando el estresor provoca una situación de estrés a través de diferentes síntomas o reacciones que usualmente suelen ser físicas



(trastornos del sueño, ansiedad, depresión, angustia) y comportamentales (aislamientos, conflictividad y pérdida de apetito). Al final el tercer momento es cuando el estudiante tiene la capacidad de afrontarse a cualquier situación estresante con la finalidad de recuperar su equilibrio sistémico (Estrada, Mamani, Gallegos, Mamani, & Zuloaga, 2021).

Para (Gutiérrez & Eugenia, 2016) los efectos del estrés académico se presentan a través de exposiciones físicas singulares como el incremento de la periodicidad cardiaca, la transpiración, la tensión en la extremidades superiores e inferiores, taquipnea, insomnio, agotamiento, dolores de cabeza y problemas intestinales. Sin embargo, las reacciones conductuales más frecuentes son el bajo desempeño, la discusión, el aislamiento, inasistencias, anorexia y el incremento y disminución del sueño.

En relación con lo mencionado, resulta imperativo la indagación de antecedentes a nivel internacional, en América del Sur, se realizó una investigación en diversas universidades en la ciudad de Cartagena en el país de Colombia, donde el 90,8% evidencio tensión durante su ciclo de estudios, adicionalmente, más del 40% referenció haber padecido estrés de manera permanente por la acumulación de tareas, este último parámetro fue mencionado por un 48,2% de los estudiantes (Castillo, Barrios, & Alvis, 2018).

En España, (Valdivieso, Lucas, Tous, & Espinoza, 2020) investigaron a la comunidad estudiantil de la Universidad de Valladolid, para identificar las circunstancias que promueven mayor estrés en sus alumnos y poder plantear estrategias para solucionar técnicamente este padecimiento. Contaron con un universo de 276 universitarios de las escuelas profesionales de educación inicial (58.1%) y primaria (41.9%), el grupo etario fue de 17 y 32 años. La conclusión a la que llegaron fue que los estudiantes identificaron como sus causas estresantes a la sobrecarga y ritmo de trabajos académicos.

(Loor, Ormaza, & Vera, 2019) desarrollo un trabajo académico para poder conocer la incidencia que tiene el estrés con la conducta de los jóvenes estudiantes, con una muestra conformada por 150 alumnos pertenecientes a la Universidad Técnica de Manabí, de Ecuador. Se determinó que el 92% de los encuestados considera que el estrés tiene un impacto en su conducta cotidiana y únicamente el 4% no lo considera de esa forma. Así mismo el 46% estima que la principal manifestación física del estrés es el cansancio ya que al termino de sus clases se sienten sin energías; el 28% de los estudiantes comentan que padecen de insomnio; el 20% suelen presentar dolores fuertes de cabeza y solo una minoría que es el 6% asegura tener onicofagia.

Por otro lado, (Silva, López, & Meza, 2019) llevaron a trabajo académico en la Universidad Autónoma de Aguascalientes en México con el objetivo de identificar el grado de estrés en los alumnos. Como resultado obtuvieron que la mayoría de jóvenes padece de un nivel de estrés medio, al mismo tiempo, se derivó que las procedencias más recurrentes de los eventos estresantes son: la acumulación de tareas, exámenes y el poco tiempo que cuentan para realizar eficazmente sus responsabilidades académicas.

En tanto que, en el Perú, el (Ministerio de Educación, 2019) indicó que el 85% de los estudiantes de los centros de educación superior tienen padecimientos sobre su salud mental y los casos más recurrentes son la ansiedad con un 82%, estrés en 79% y finalmente la violencia con un 52%.

De acuerdo con el estudio sobre el estrés académico y las conductas de los universitarios peruanos realizado por (Cassaretto, Vilela, & Gamarra, 2021) se identificó diferentes niveles de intensidad del estrés, donde el 38.3% tenía nivel medio, el 10.4% nivel bajo y el 7.1 refirió niveles altos. Además, las principales causales fueron el temor a los exámenes, el exceso de las tareas, y el escaso tiempo para la entrega de trabajos. En cuanto al aspecto demográfico, los resultados indicaron que los estudiantes de sexo femenino y que viven en la zona urbana tienden a sufrir un nivel alto de estrés. Así mismo, los universitarios que tienen de 18 a 20 años viven más estresados que los que tienen más 20 años.

Así mismo, (Gutiérrez, Flores, & Vélchez, 2022) realizaron una investigación específicamente a los alumnos de enfermería de la universidad pública de Ica, con la finalidad de identificar el nivel de estrés en los estudiantes. La muestra fue con una población total de 432 alumnos, donde se identificó que el estrés académico fue moderado con un 53% y alto con 21.0%. Así mismo se verificó que el 42.3% de los estudiantes en algún momento tuvo más de 3 situaciones estresantes en diferentes situaciones, como en los exámenes, con la sobrecarga académica y por la cantidad de trabajos pendientes.

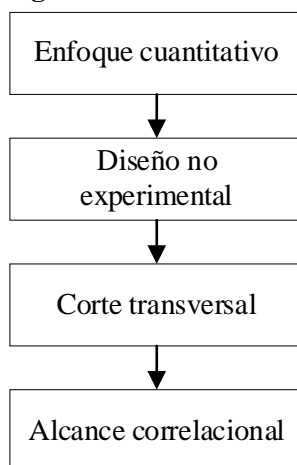
Finalmente, como lo señalan (Loor, Ormaza, & Vera, 2019) en su investigación donde ubican que el nivel más alto de estrés académico se presenta en el periodo universitario, debido a la preexistencia de factores estresantes permanentes y temporales como lo son la acumulación de trabajo, la exigencia académica y el desgaste propio de la adaptación a una nueva etapa de su vida, que los someten a eventos de tensión permanentes, produciéndoles distintos inconvenientes físicos y psicológicos y que afectan en su actuar cotidiano.

Con base a los precedentes de investigación, el objetivo de este artículo es establecer la relación entre el estrés académico y la conducta de los alumnos de 03 carreras profesionales de la Universidad César Vallejo, sede Los Olivos.

METODOLOGÍA

La presente investigación emplea el modelo metodológico de (Hernandez Sampieri, Fernandez Collado, & Baptista Lucio, 2014), ya que tiene un alcance amplio y maleable que se puede adaptar adecuadamente a los requerimientos y alcances del estudio. La investigación incumbe al enfoque cuantitativo, de diseño no experimental porque no se operaron las variables, de alcance correlacional puesto que se busco determinar la asociación entre variables, de corte transversal a razón de que se obtienen datos en un momento específico (Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2018).

Figura 1 Diseño metodológico aplicado



Fuente: adapta de (Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2018)

Según (Kleeberg Hidalgo & Ramos Ramírez, 2009) la población esta conformada por el grupo total de individuos o unidades muestrales que poseen la cuales que se desea estudiar. Además (Arias-Gómez, Villasís-Keever, & Miranda Novales, 2016) refieren que luego de determinar la población de estudio, es relevante definir ciertos grupos de criterios que deben cumplir los participantes.

En tal sentido, la población del presente trabajo estuvo integrada por 2,710 jovenes universitarios de las carreras de enfermería, psicología y arquitectura. Se incluyeron estudiantes que cursan del primer al quinto ciclo de la Universidad César Vallejo – UCV sede Los Olivos, correspondientes al semestre academico 2023 – 1. Se excluyeron estudiantes con estudios de modalidad virtual y a distancia.

Tabla 1 Población de estudio

Carreras	Total, estudiantes del 1 al 5 ciclo
Enfermería	950
Psicología	980
Arquitectura	780
Total	2,710

Fuente: elaboración propia

Para la obtención de la muestra se tomo en cuenta las consideraciones de (García-García, Reding-Bernal, & López-Alvarenga, 2013) que plantea que la muestra al ser un conjunto menor proveniente de la población, tiene que ser representativa y que requiere de una obtención matemática para su calculo. Obteniendo una muestra de 142 estudiantes, de sexos masculino y femenino con un grupo de edades de 18 a 35 años, el muestreo aplicado fue no probabilístico por segmentos.

Tabla 2 Muestra estratificada del estudio

Carrera	Total, estudiantes del 1 al 5 ciclo	Porcentaje	Número de encuestas
Enfermería	950	36%	51
Psicología	980	29%	51
Arquitectura	780	35%	40
Total	2,710	100	142

Fuente: elaboración propia

Se aplicó la encuesta, como lo menciona (Casas Anguita, Repullo Labrador, & Donado Campos, 2002) es una técnica que cuenta con un grupo de procedimientos validados y que haciendo uso de éste se obtiene y procesa un conjunto de datos, para posteriormente como lo indican (Ther Ríos, 2004) y (García Alcaraz, Alfaro Espín, Hernández Martínez, & Molina Alarcón, 2006) se procede a la elaboracion del instrumento para el recogo de la información, nos referimos al cuestionario, ya que se puede expresar como formulario que contiene las preguntas orientadas a los elementos muestrales.

La variable independiente fue el estrés académico, para lo cual se adapto el instrumento de investigación (Barraza Macias, 2007) que reporta un alfa de Cronbach de 0.90, tomando en consideración las preguntas referidas a las categorias de reacciones físicas y psicológicas y que cuenta con 10 ítems con una estructura de respuesta tipo Likert de 5 puntos (1 = nunca, 5 = siempre). Para la variable dependiente de comportamiento se conto con 06 ítems y nuevamente se adapto el instrumento de (Barraza Macias, 2007) pero especificamente se tomo en cuenta la dimesión de reacciones comportamentales.

Se desarrolló la validez de contenido del cuestionario, mediante, el Juicio de Expertos como indica (Galicia Alarcón, Balderrama Trápaga, & Edel Navarro, 2017) es la opinión informada de profesionales con trayectoria en la materia de análisis, en este estudio los expertos por unanimidad indicaron que las preguntas aplicadas a los estudiantes fueron oportunas a razón de hacer uso estándar de evaluación de estrés académico SISCO. La encuesta se aplicó en Google Forms.

Se utilizó el programa informático SPSS 27.0 para Windows. Se calculó estadística primaria (medidas de tendencia central y tablas de frecuencia). Se computó el estadístico de prueba inferencial correlación de Pearson tomando en cuenta el p-valor de $p < 0,05$.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El 68.0 % fueron mujeres. La media etaria fue 23.89 años, dentro de un rango de 21 y 25 años. La edad mínima fue 18 años mientras que la máxima fue 35 años. En cuanto la distribución por periodo académico, se tuvo una mayor participación del 1° ciclo con 23% para la carrera de psicología y para la carrera de enfermería con 24%, en cambio para la carrera de arquitectura la mayor participación le correspondió al 4° ciclo con 23%, mientras que los que menos participaron fueron 4° ciclo de enfermería con 17% (tabla 3).

Tabla 3 Características generales en estudiantes de enfermería, psicología y arquitectura

Características	Frecuencia	Porcentaje
Sexo		
Femenino	88	68
Masculino	54	32
Edad		
18-20	42	30
21-25	54	38
26-30	33	23
31-35	13	9
Ciclo académico		
1°	32	23
2°	27	19
3°	26	18
4°	28	20
5°	29	20

Estudiantes que trabajan		
Si	96	68
No	46	32

Fuente: elaboración propia

En la Tabla 4 se observa el porcentaje de respuestas frente a situaciones estresantes para el total de la muestra. Para el ítem 2, *sobrecarga de trabajos universitarios*, se observa el porcentaje más alto de siempre con un 32%, seguido del ítem 1, *competencia con los compañeros* con un 26% de respuestas siempre. Por el contrario, el ítem 3 *personalidad y el carácter del profesor* presenta el porcentaje más alto de respuestas nunca con 8%.

Tabla 4 Porcentaje de respuestas frente a reacciones físicas

Item	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	siempre
Competencia con los compañeros	2%	10%	33%	29%	26%
Sobrecarga de trabajos universitarios	2%	5%	27%	34%	32%
Personalidad y el carácter del profesor	8%	23%	41%	23%	5%
Evaluaciones universitarias	2%	13%	32%	32%	21%
No entender los temas en clase	3%	14%	35%	23%	25%
Tiempo limitado para realizar los trabajos	3%	11%	39%	25%	23%

Fuente: elaboración propia

En la Tabla 5 se muestran los porcentajes de respuestas frente a reacciones psicológicas y comportamentales del total de la muestra. En reacciones psicológicas, el ítem 3 *dolor de cabeza* presenta el porcentaje más alto de siempre con un 18%. Por el contrario, el ítem 2 *cansancio* presenta el porcentaje más bajo con un 3%. En reacciones comportamentales el ítem 8 *consumo de alimentos* presenta el porcentaje más alto de siempre con un 21%. Por el contrario, el ítem 7 *desgano* presenta el porcentaje más bajo con 7%.

Tabla 5 Porcentaje de respuestas frente a reacciones psicológicas y comportamentales

Item	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	siempre
Reacciones psicológicas					
Trastorno de sueño	7%	14%	40%	23%	16%
Cansancio	3%	11%	35%	36%	15%
Dolor de cabeza	3%	19%	35%	25%	18%
Problemas digestivos	20%	24%	27%	23%	6%
Reacciones comportamentales					

Conflictos o tendencias a discutir	20%	26%	28%	17%	8%
Aislamiento	13%	25%	30%	17%	15%
Desgano para realizar las tareas	7%	13%	38%	23%	19%
Consumo de alimentos	10%	14%	31%	24%	21%

Fuente: elaboración propia

Para la determinación del estadístico de prueba de correlación, previamente se aplicó la prueba de normalidad en el software SPSS con los siguientes datos (tabla 6).

Tabla 6 Prueba de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Estrés académico	.092	142	.006	.982	142	.082
Comportamiento	.085	142	.016	.983	142	.092
Total	.044	142	.200*	.994	142	.880

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

a. Corrección de significación de Lilliefors

Fuente: elaboración propia

Se uso la prueba de Kolmogorov por tener una muestra superior a 50, el cual determinó que los datos procesados persiguen una distribución uniforme, además de que podemos observar que las significancias de ambas variables oscilan entre 0.06 y 0.16 y que en consecuencia son mayores a la significancia de 0.05, por lo tanto, contamos con datos paramétricos, entonces la prueba correlacion que se utiliza es coeficiente de correlación de Pearson.

Tabla 7 Prueba de correlación de Pearson

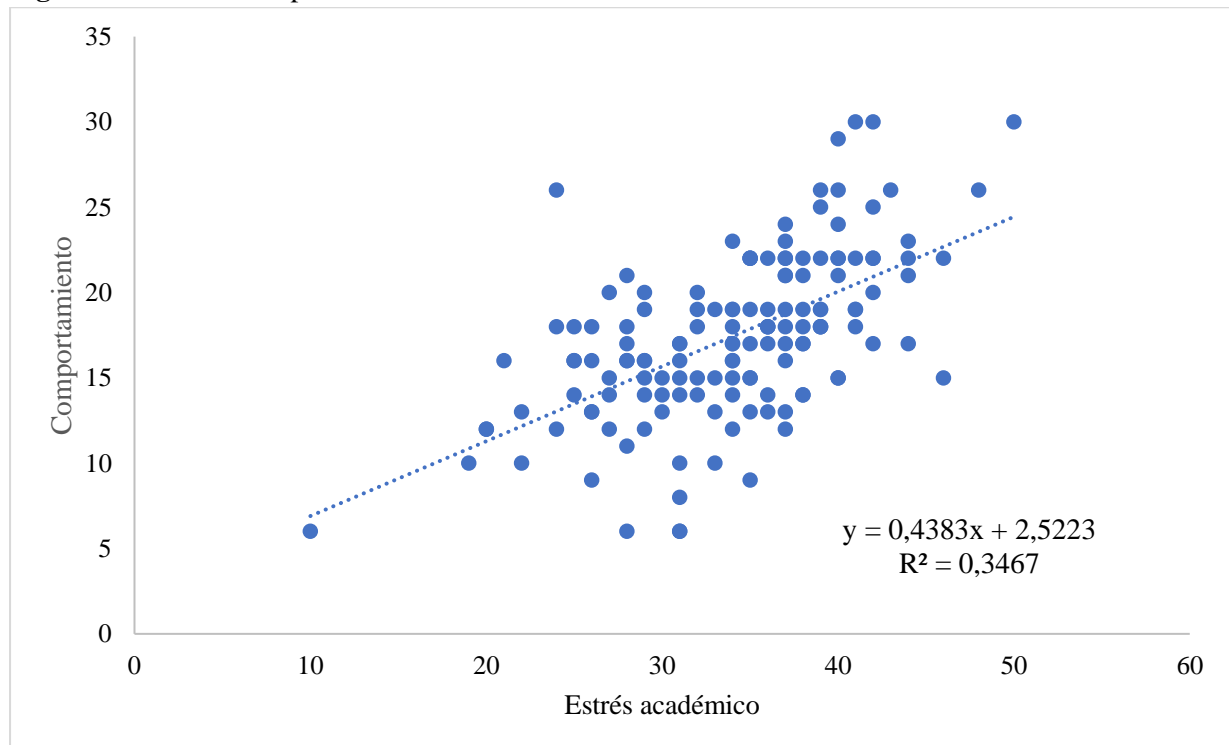
Estrés académico	Comportamiento	
	Correlación de Pearson	1
		.589**
Estrés académico	Sig. (bilateral)	<.001
	N	142
	Correlación de Pearson	.589**
Comportamiento	Sig. (bilateral)	<.001
	N	142

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral). Fuente: elaboración propia

La significancia bilateral es menor a 0.05, lo que implica que el estrés tiene algún nivel de relación con la conducta de los alumnos de la Universidad César Vallejo, sede Los Olivos. Sabiendo que el coeficiente de Pearson es de 0.589 y tomando en cuenta el comportamiento de los 142 datos, como lo muestra el gráfico de Dispersión podemos inferir que la relación entre la variable estrés académico y

comportamiento en los universitarios es de una correlación positiva media. Esto plantea que, a más estrés académico, moderadamente mayor será la forma en como se afecta la conducta del estudiante universitario.

Figura 2 Gráfico de dispersión



Fuente: elaboración propia

El coeficiente de determinación (figura 2) nos plantea que el 34.67% de las conductas de los universitarios es producto del estrés académico mientras que el 65.33% se debería a factores no considerados como los sentimentales, económicos y de salud.

CONCLUSIONES

El estudio evidencia la presencia de un elevado nivel de estrés académico en los alumnos universitarios del primer al quinto ciclo de las carreras profesionales de enfermería, psicología y arquitectura del semestre académico 2023-1 de la universidad privada César Vallejo, sede Los Olivos. En cuanto a que, son el grupo de estudiantes que se reincorporan a la presencialidad después de la educación virtual producto del COVID-19 y del confinamiento social obligatorio.

Se encomienda a la presente universidad ampliar la cobertura del servicio de diagnóstico de estrés a las demás escuelas profesionales de la Institución a fin de generar una política de trabajo preventivo y, de esta manera, mitigar los efectos que el estrés académico pueda desarrollar. De igual forma, se

recomienda a los universitarios a utilizar métodos innovadores y técnicas de enseñanza, de manera singular que logre la organización de sus tiempos, lo cual mitigará los síntomas del estrés producto de la acumulación de trabajos académicos.

Por último, se espera que ésta investigación sea una directriz para próximas pesquisas en función del objeto de estudio, pero tomando en cuenta otras variables de estudio en el ámbito educativo; debido a como lo demuestra esta investigación la relación entre el estrés académico y el comportamiento de los estudiantes es moderada, eso implica que hay otras variables que se asocien en los efectos del estrés en sus vidas.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Casas Anguita, J., Repullo Labrador, R., & Donado Campos, J. (2002). La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I). *Investigacion*, 527-538. Obtenido de

<http://www.unidaddocentemfyclaspalmas.org.es/resources/9+Aten+Primaria+2003.+La+Encuesta+I.+Cuestionario+y+Estadistica.pdf>

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

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013

Arias-Gómez, J., Villasís-Keever, M., & Miranda Novales, M. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 201-206. Obtenido de

www.redalyc.org/pdf/4867/486755023011.pdf

Barraza Macias, A. (2007). El inventario SISCO del estres academico. *Investigacion educativa duranguense*, 89-93.

Cassaretto, M., Vilela, P., & Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. 1-18.

doi: <http://dx.doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>

Castillo, I. Y., Barrios, A., & Alvis, L. (2018). Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. 20(2). Obtenido de

<https://rieoei.org/historico/deloslectores/2371Collazo.pdf>



- Estrada, E., Mamani, M., Gallegos, N., Mamani, H., & Zuloaga, M. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. 88-97. doi: <https://doi.org/10.5281/zenodo.4675923>
- Galicia Alarcón, L., Balderrama Trápaga, J., & Edel Navarro, R. (2017). Validez de contenido por juicio de expertos: propuesta de una herramienta virtual. *Apertura*, 42-53. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/688/68853736003/html/>
- García Alcaraz, F., Alfaro Espín, A., Hernández Martínez, A., & Molina Alarcón, M. (2006). Diseño de Cuestionarios para la recogida de información: metodología y limitaciones. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 232-236. Obtenido de www.redalyc.org/pdf/1696/169617616006.pdf
- García-García, J., Reding-Bernal, A., & López-Alvarenga, J. (2013). Cálculo del tamaño de la muestra en investigación en educación médica. *Investigación en Educación Médica*, 217-224. Obtenido de www.redalyc.org/pdf/3497/349733226007.pdf
- Gutiérrez, A. M., & Eugenia, A. (2016). ESTUDIO DEL ESTRÉS EN EL ÁMBITO ACADÉMICO PARA LA MEJORA DEL RENDIMIENTO ESTUDIANTIL. *24(45)*, 23-28. Obtenido de <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/quipu/article/view/12457/11150>
- Gutiérrez, Z. I., Flores, A. C., & Vilchez, Y. A. (2022). ESTRÉS ACADÉMICO PERCIBIDO POR LOS ALUMNOS DE LA FACULTAD DE. *11(1)*, 23-33. Obtenido de <file:///C:/Users/Leidy%20LSC/Downloads/ferardito,+a4-23-33.pdf>
- Hernandez Sampieri, R., Fernandez Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (sexta ed.). Mexico: McGraw-Hill.
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mexico: McGRAW-HILL INTERAMERICANA.
- Kleeberg Hidalgo, F., & Ramos Ramírez, J. (2009). Aplicación de las técnicas de muestreo en los negocios y la industria. *Ingeniería Industrial*, 11-40. Obtenido de www.redalyc.org/pdf/3374/337428493002.pdf
- Loor, V. J., Ormaza, M. d., & Vera, K. (2019). La Influencia Del Estrés Académico En El Comportamiento De Los Estudiantes Universitarios. Obtenido de <https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/07/estres-academico-universitarios.html>



- Ministerio de Educación . (17 de Octubre de 2019). Obtenido de [https://elperuano.pe/noticia/85499-ansiedad-violencia-y-estres-en-universidades#:~:text=Un%20estudio%20a%20cargo%20del,y%20la%20violencia%20\(52%25\).](https://elperuano.pe/noticia/85499-ansiedad-violencia-y-estres-en-universidades#:~:text=Un%20estudio%20a%20cargo%20del,y%20la%20violencia%20(52%25).)
- Organizacion Mundial de la Salud . (21 de Febrero de 2023). Estrés. *Organizacion Mundial de la Salud* . Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- Silva, M. F., López, J. J., & Meza, M. E. (10 de Octubre de 2019). Estrés académico en estudiantes universitarios. 5-83. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>
- Ther Ríos, F. (2004). Ensayo sobre el uso de la encuesta: hermenéutica y reflexividad de la técnica investigativa. *Revista Austral de Ciencias Sociales*, 17-27. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/459/45900802.pdf>
- Toribio Ferrer, C., & Franco Barcernas , S. (2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso. *Estrés Académico: El Enemigo Silencioso*, 3(7), 11 - 18. Obtenido de <https://revista.unsis.edu.mx/index.php/saludyadmon/article/view/49/46>
- Valdivieso, L., Lucas, S., Tous, J., & Espinoza, I. (2020). Estrategias De Afrontamiento Del Estrés Académico Universitario: Educación Infantil - Primaria. 23(2), 165-186. doi: <https://doi.org/10.5944/educXX1.25651>