



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA

INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
LICENCIADO/A EN ENFERMERÍA

TEMA:

EL ESTRÉS Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DEL PRIMER SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO. AGOSTO 2018 – FEBRERO 2019

AUTORES:

TANIA JAMILETH FAJARDO PARRA
DENNY GERMAN CEREZO RENDON

TUTOR:

LIC. ELSA MARÍA BERNAL MARTINEZ Msc.

BABAHOYO – LOS RIOS – ECUADOR

2018 – 2019



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA

INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
LICENCIADO/A EN ENFERMERÍA

TEMA:

EL ESTRÉS Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DEL PRIMER SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO. AGOSTO 2018 – FEBRERO 2019

AUTORES:

TANIA JAMILETH FAJARDO PARRA
DENNY GERMAN CEREZO RENDON

TUTOR:

LIC. ELSA MARÍA BERNAL MARTINEZ Msc.

BABAHOYO – LOS RIOS – ECUADOR

2018 – 2019



**UNIVERSIDAD TECNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA**



TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN

LIC. ELISA BOUCOURT RODRIGUEZ MSC.
DELEGADO (A) DE LA DECANA

LIC. ROSA BEDOYA VÁSQUEZ MSC.
DELEGADO (A) O COORDINADOR DE LA CARRERA

DRA. VERÓNICA AYALA ESPARZA MSC.
DELEGADO (A) O COORDINADOR GENERAL DEL CIDE

ABG. CARLOS L. FREIRE NIVEA
SECRETARIO GENERAL
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIDAD DE TITULACIÓN



Babahoyo, 09 de abril del 2019

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

**A: Universidad Técnica de Babahoyo,
Facultad de Ciencias de la Salud,
Escuela de Salud y Bienestar**

Por medio de la presente declaro ser autor (a) del Informe final del Proyecto de Investigación titulado:

El mismo ha sido presentado como requisito indispensable en la Modalidad de Proyecto de Investigación para optar por el grado académico de Licenciado (a) en **enfermería** en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Babahoyo, el cual ha sido producto de mi labor investigativa.

Así mismo doy fe que, el uso inclusivo de opiniones, citas e imágenes son de mi absoluta responsabilidad y que es un trabajo investigativo totalmente original e inédito, quedando la Universidad Técnica de Babahoyo y la Facultad de Ciencias de la Salud y la carrera de enfermería exenta de toda responsabilidad al respecto.

Por lo que autorizo en forma gratuita, a utilizar esta matriz con fines estrictamente académicos o de investigación.

Autores

Tania Jamileth Fajardo Parra
C.I 125018134-2

Denny German Cerezo Rendón
C.I 172512150-1



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR



APROBACIÓN DEL TUTOR

Yo LCDA. ELSA MARÍA BERNAL MARTÍNEZ Msc, en calidad de tutor(a) del Informe Final del Proyecto de Investigación (Tercera etapa) con el tema: "EL ESTRÉS Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DEL PRIMER SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO. AGOSTO 2018 – FEBRERO 2019", elaborado por los estudiantes TANIA JAMILETH FAJARDO PARRA y DENNY GERMAN CEREZO RENDON, de la Carrera de Enfermería, de la Escuela de Salud y Bienestar, de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Técnica de Babahoyo, considero que el mismo reúne los requisitos y méritos necesarios en el campo metodológico y en el campo epistemológico, por lo que **APRUEBO**, a fin de que el trabajo investigativo sea habilitado para continuar con el proceso de titulación determinado por la Universidad Técnica de Babahoyo.

En la ciudad de Babahoyo a los **08** días del mes de **ABRIL** Del año **2019**

Firma del Docente -Tutor
Lcda. Elsa María Bernal Martínez Msc:
CI: 0958302689

Urkund Analysis Result

Analysed Document: ESTRES URKUND.docx (D50287919)
Submitted: 4/6/2019 11:23:00 PM
Submitted By: ebernal@utb.edu.ec
Significance: 9 %

Sources included in the report:

PROYECTO DE METODOLOGÍA ZALAMEAURKUM.docx (D40983850)
PLANTEAMIENTO.docx (D46354627)
1A_VILLACRUZ_MATOS_LUCERO_MARCELA_TITULO_PROFESIONAL_2019.docx
(D48954217) Instances where selected sources appear:

28

Tutora:

Lcda. Elsa María Bernal Martínez Msc.
C.I: 0958302689

Autores

Tania Jamileth Fajardo Parra
C.I 125018134-2

Denny German Cerezo Rendón
C.I 172512150-1

DEDICATORIA

Dios, todo triunfo y éxito son por ti, ya que me diste la vida, la fuerza y la capacidad para culminar con este objetivo.

Dedicado a mis padres, por ser pilares fundamentales en mi vida, por ser esa luz que me iba guiando en cada paso que daba, por todo el trabajo que tuvieron que pasar para brindarme su apoyo económico, sus noches de desvelo, sus consejos, su amor, su confianza en que yo podía lograr todo lo propuesto.

A mis hermanos, abuelitos y a quienes han estado en todo momento desinteresadamente y creyeron en mí.

Tania Jamileth Fajardo Parra

DEDICATORIA

Con mucho aprecio este trabajo de investigación lo dedico primero a Dios, luego a mis padres, a mis mamás (abuelitas) Rosa Goya y Elia Pincay, tío José Cerezo, además al resto de mi familia por haber sido participes tanto en lo moral como económicamente a lo largo de la etapa estudiantil a mis amigos en general por su apoyo constante en todos los momentos que he atravesado.

A mi directora de tesis Msc. Elsa Bernal Martínez, por medio de su esfuerzo y dedicación, a través de sus conocimientos supo guiarnos de manera efectiva para poder culminar con éxito mis estudios.

Denny German Cerezo Rendón

AGRADECIMIENTO

Todo honor y gloria a Dios por haberme dado salud, fuerzas y permitirme llegar hasta donde estoy ahora.

A mi papi Jiovanny Fajardo y mami Rosa Parra gracias por apoyarme en todo momento por el sacrificio que han hecho para darme todo lo necesario, los consejos, su confianza otorgada por los valores que enseñaron y cariño incondicional.

A mis hermanitos Kevin, Brahian y Erick, no quiero que sean como yo sino mejores, gracias por estar siempre conmigo, apoyarme y brindarme momentos increíbles como.

A mi abuelita, mi ton Rosa Mendoza, mi gran inspiración para seguir con esta carrera que se volvió mi vocación, siempre será mi gran adoración por sus consejos, su amor, gracias por quererme tanto, esto es por ti mi reina.

A mi Bisabuelito Alfredo Herrera aunque ya no estás aquí, sé que me cuidas y este muy orgulloso de tu niña y a toda mi familia que siempre estuvo presente dándome fuerzas y apoyo.

A cada uno de mis amigos, compañeros de aula que supieron darme su apoyo, pero en especial a mi compañero de tesis, además un gran amigo, un excelente ser humano Denny Cerezo, gracias por estar conmigo desde que iniciamos este objetivo y ahora es una gran realidad, por tu paciencia, responsabilidad, compromiso, amistad, entrega eso y muchas cosas más.

Por último y no menos importante a nuestra querida docente tutora de tesis LIC. Elsa Bernal Martínez Msc, por su guía, paciencia, cariño y por confiar en nuestra capacidad como investigadores, agradecimientos sinceros hacia Ud., un ser humano increíble. Y también a la universidad técnica de Babahoyo por permitirme ser parte de esa gran institución y a todos sus docentes que me brindaron sus conocimientos, mil gracias.

Tania Jamileth Fajardo Parra

AGRADECIMIENTO

El presente proyecto de investigación quiero agradecerle primero a Dios por bendecirme y brindarme salud para permitirme llegar a cumplir una meta más en vida.

A mi papá Francisco Cerezo Goya, a mi mamá Edita Rendón Pincay, a mis hermanos Erik y Johan, por haber sido participes directos en la obtención de este triunfo, además por haber inculcado en mí, valores como el respeto, la solidaridad y la humildad en la obtención de las metas trazadas.

A todos mis compañeros, mi familia universitaria, los cuales a lo largo de la carrera me supieron guiar, apoyar, sobre todo a Jamileth Fajardo, que desde el principio a estado pendiente de mi crecimiento personal y profesional.

A la Universidad Técnica de Babahoyo por darme la oportunidad de formarme profesionalmente. A diversos docentes dentro de ellos la Lic. Elisa Boucourt, Dra. Janeth Cruz, Lic. Elsa Bernal entre otras, quienes laboran en la menciona institución, por haber sido participes impartiendo sus conocimientos además de ello me brindaron una mano amiga con la cual puedo contar y confiar.

Agradecerle al Hospital General Isidro Ayora de Loja, el cual me abrió las puertas, me brindo facilidades, confianza para adquirir conocimientos en mi formación profesional, a diversas personas como la Lic. Victoria Maldonado, Sra. Ulda Viñan con las que compartí momentos de felicidad, victorias y derrotas lo cual me llevo a entender que “la familia no solo es de sangre”, por lo poco y mucho gracias a todos éxitos y bendiciones.

Denny German Cerezo Rendón.

TEMA

EL ESTRÉS Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DEL PRIMER SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO. AGOSTO 2018 – FEBRERO 2019

RESUMEN

Introducción: El estrés interfiere en el proceso educativo, normal y consecuente que se debe llevar en la etapa estudiantil, asimismo, como sucede en la vida diaria van aparecer una serie de estresores de los cuales a veces es difícil escapar o sobrellevarlos.

Objetivo: Identificar de qué manera el estrés influye en el desempeño académico de los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo. Agosto 2018 – Febrero 2019.

Metodología: se aplica un enfoque mixto cuali-cuantitativo, el diseño no experimental de tipo descriptivo, campo y transversal, empleando el método inductivo e histórico lógico. La población estuvo constituida por 83 estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería, con una muestra de 81 obtenida mediante el muestreo no probabilístico de tipo incidental o casual, en el cual se establecieron diversos criterios de inclusión y exclusión. Se utilizaron dos instrumentos el Test del Estrés Académico (inventario Sisco) y la ficha de observación para recolección de los promedios generales.

Resultados: Los datos fueron analizados en el programa de Microsoft como es Excel, la prueba estadística inferencial fue Chi cuadrado y la correlación de PEARSON, $r=0.81$. Donde se encontró que del 100% (79) estudiantes, el que más incidencia presenta en los estudiantes es el estrés medio 53% (42), el 58.23% (46) corresponde al nivel de desempeño bueno.

Conclusión: al realizar el análisis inferencial se obtuvo resultados estadísticamente significativos $r=0.81$, lo cual permitió aceptar la hipótesis de investigación.

Palabras claves: estrés, desempeño académico y estrés medio.

ABSTRACT

Introduction: Stress interferes with the educative process, normal and consequent that should be carried out in the student stage, likewise, as happens in daily life, will appear stressors series of which, it is sometimes difficult get off or get out.

Objective: Identify how way stress influences on academic performance to students of nursing career of the first semester to Babahoyo's Technical University. August 2018 – February 2019

Methodology: it is a mixed qualitative – quantitative approach, the non-experimental design, descriptive, field and transversal type. Using the inductive and historical – logical method. The population is constituted by 83 students of nursing career, with a sample of 81 obtained by non-probabilistic, of incidental or causal type in which many inclusion and exclusion criteria are appointed. There were used two instruments the Academic Stress Test (SISCO inventory) and the observation card for picking the general average.

Results: the data was analyzed at Microsoft program as it is Excel, the inferential statistics test were Chi Cuadrado and correlacion de PEARSON, $r=0.81$. Where it was found that to 100% (79) students, the one the most incident at students was the medium stress 53% (42), and 58.23% (46), represented to goodly performance level.

Conclusion: When performing the inferential analysis, statistically significant results were obtained $r=0.81$, which allowed accepted the investigation hypothesis.

Keywords: stress, academic performance, nursing students and medium stress.

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	V
AGRADECIMIENTO	IV
TEMA	VI
RESUMEN	VII
ABSTRACT.....	VIII
ÍNDICE DE TABLAS	XII
ÍNDICE DE GRAFICOS	XIII
INTRODUCCIÓN	XIV
CAPÍTULO I.....	1
1. PROBLEMA	1
1.1. <i>Marco Contextual.....</i>	1
1.1.1. <i>Contexto Internacional.....</i>	1
1.1.2. <i>Contexto Nacional.....</i>	2
1.1.3. <i>Contexto Regional</i>	2
1.1.4. <i>Contexto Local y/o Institucional</i>	2
1.2. <i>Situación Problemática.....</i>	3
1.3. <i>Planteamiento del Problema.....</i>	4
1.3.1. <i>Planteamiento General</i>	5
1.3.2. <i>Planteamientos Derivados.....</i>	5
1.4. <i>Delimitación de la Investigación.....</i>	6
1.4.1. <i>Delimitación espacial</i>	6
1.4.2. <i>Delimitación temporal</i>	6
1.5. <i>Justificación.....</i>	6
1.6. <i>OBJETIVOS.....</i>	7
1.6.1. <i>Objetivo General.....</i>	7
1.6.2. <i>Objetivos Específicos.....</i>	8

CAPÍTULO II	9
2. MARCO TEÓRICO O REFERENCIAL	9
2.1. <i>Marco teórico.</i>	9
2.1.1. <i>Marcos Conceptuales</i>	26
2.1.2. <i>Antecedentes Investigativos</i>	28
2.2. <i>Hipótesis</i>	34
2.2.1. <i>Hipótesis general</i>	34
2.3. <i>Variables</i>	34
2.3.1. <i>Variable independiente</i>	34
2.3.2. <i>Variable dependiente</i>	34
2.3.3. <i>Operacionalización de variable</i>	34
 CAPÍTULO III	 38
3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	38
3.1. <i>Método de investigación</i>	38
3.2. <i>Modalidad de la investigación</i>	38
3.3. <i>Tipo de investigación</i>	38
3.4. <i>Técnicas e instrumentos de recolección de la Información</i>	39
3.4.1. <i>Técnicas</i>	39
3.4.2. <i>Instrumentos</i>	39
3.5. <i>Población y Muestra de Investigación</i>	40
3.5.1. <i>Población</i>	40
3.5.2. <i>Muestra</i>	40
3.6. <i>Cronograma del proyecto</i>	42
3.7. <i>Recursos</i>	43
3.7.1. <i>Recursos humanos</i>	43
3.7.2. <i>Recursos económicos</i>	43
3.8. <i>Plan de tabulación y análisis</i>	43
3.8.1. <i>Base de datos</i>	44
3.8.2. <i>Procesamiento y análisis de datos</i>	44

CAPÍTULO IV	45
4. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	45
4.1. <i>Resultados obtenidos de la investigación</i>	45
4.2. <i>Análisis e interpretación de los resultados</i>	52
4.3. <i>Conclusiones</i>	55
4.4. <i>Recomendaciones</i>	56
CAPÍTULO V	57
5. PROPUESTA TEÓRICA DE APLICACIÓN	57
5.1. <i>Título de la Propuesta de Aplicación</i>	57
5.2. <i>Antecedentes</i>	57
5.3. <i>Justificación</i>	58
5.4. <i>Objetivos</i>	59
5.4.1. <i>Objetivo General</i>	59
5.5. <i>Aspectos básicos de la Propuesta de Aplicación</i>	59
5.5.1. <i>Estructura general de la propuesta</i>	61
5.5.2. <i>Componentes</i>	73
5.6. <i>Resultados esperados de la Propuesta de Aplicación</i>	74
5.6.1. <i>Alcance de la alternativa</i>	74

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANEXOS

- Anexo 1. Matriz de Contingencia*
- Anexo 2. Consentimiento Informado*
- Anexo 3. Cuestionario del estrés*
- Anexo 4. Ficha de observación*
- Anexo 5. Evidencias*

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de variables.....	34
Tabla 2. Cronograma del proyecto	42
Tabla 3. Recursos humanos.....	43
Tabla 4. Recursos económicos	43
Tabla 5. Manifestaciones de preocupación o nerviosismo.....	46
Tabla 6. Reacciones Psicológicas.....	49
Tabla 7. Nivel de rendimiento académico	51
Tabla 8. Estructura de la propuesta	61
Tabla 9. Componentes de la propuesta	73
Tabla 10. Matriz de contingencia.....	84

ÍNDICE DE GRAFICOS

Gráfico 1. Distribución por género	45
Gráfico 2. Nivel de estrés	46
Gráfico 3. Situaciones Estresantes.....	47
Gráfico 4. Manifestación del estrés	48
Gráfico 5. Reacciones Físicas	48
Gráfico 6. Reacciones conductuales	50
Gráfico 7. Participación en actividades extracurriculares.....	52

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el estrés es considerado la enfermedad del siglo XXI, hace referencia a un estado de tensión emocional permanente que se ve influenciado por varios factores tanto internos como externos. Existen muchos estudios del estrés en todas sus facetas, describiendo las situaciones desencadenantes, el riesgo y la influencia que este tiene sobre los individuos. (Labrador & Crespo, 2010)

En el ámbito universitario el estrés se concibe como uno de las causas que más interfieren en la calidad del aprendizaje estudiantil, ya que a medida que se valla generando, habrá un mayor grado de tensión provocando interferencia en el desarrollo e interpretación de las tareas académicas dentro del aula de clases o extracurriculares.

El estrés interfiere en el proceso educativo, normal y consecuente que se debe llevar en la etapa estudiantil, asimismo, como sucede en la vida diaria van aparecer una serie de estresores de los cuales a veces es difícil escapar o sobrellevarlos. Además, influyen ciertos factores externos que en algunos de los estudiantes están presente como; una inestabilidad económica, ser padre o madre soltera, trabajar y estudiar, no tener el apoyo familiar o ser jefe(a) de hogar, promueven para ser desencadenantes del estrés.

La carrera de enfermería exige una mayor preparación y compromiso ya que es considerada una profesión multidisciplinaria, donde están implícitos sus principales roles tales como docente, asistencial, administrativo y gerencial. Por lo cual los estudiantes tendrán una gran exigencia en su formación, además del aprendizaje practico que conlleva a un sin número de emociones y presiones donde lo que prevalece es el nerviosismo.

Indistintamente los estudiantes del primer semestre en comparación con los de cursos superiores sienten mucho más miedo, desconfianza e inseguridad, ya sea por el cambio de la etapa colegial a la universitaria o por un ineficaz

afrontamiento a sucesos nuevos que se le presenten a medida que vaya avanzando en su formación, se presentaran más responsabilidades.

El profesional de enfermería tanto en su proceso de formación como en el ámbito laboral estarán expuestos a situaciones que van a producir grandes niveles de estrés, que pueden influir en su desempeño como en su salud mental, principalmente debido al gran número de tareas que se deben realizar, a la competencia entre compañeros y al número de horas indeterminadas de estudio entre otros estresores asociados.

La investigación de esta problemática va encaminada en los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería de la universidad técnica de Babahoyo, con el interés de poder identificar de qué manera tiene influencia el estrés en el desempeño académico, ya que como profesionales de la rama enfermería, se considera significativa la investigación porque da las pautas para seguir con futuras indagaciones sobre el tema.

CAPÍTULO I

1. PROBLEMA

1.1. Marco Contextual.

1.1.1. Contexto Internacional

Bonilla, Delgado y León, (2014). En un trabajo de investigación realizada en el país de Perú, sobre el “Nivel de estrés académico en estudiantes de odontología de una universidad del distrito de Chiclayo, 2014”, tuvo como objetivo determinar los niveles de estrés en estudiantes de Odontología de la Universidad Católica santo Toribio de Mogrovejo. Se utilizó el cuestionario de evaluación de estrés dental y del medio ambiente (DES30) aplicados en 198 estudiantes, donde se obtuvo como resultado que el 23.2% presentan nivel de estrés bajo, el 53% nivel de estrés moderado y el 23.7% nivel de estrés alto. (citado por Villacruz, 2019, p.16)

Un estudio realizado en la Universidad Cesar Vallejo de Perú, “Estrés académico en estudiantes de medicina”, tuvo como objetivo determinar el nivel de estrés presente en los universitarios, generado por razones académicas; además de sus reacciones físicas, psicológicas y comportamentales, y medios de afrontamiento más frecuentes, siendo un estudio analítico transversal. Se realizó una encuesta en base al Inventario SISCO para estrés académico previo consentimiento informado a 143 estudiantes. Concluyendo que los niveles de preocupación presentes en los estudiantes es medio (46.16%), siendo predominante en mujeres cuyo nivel de estrés académico presente en los universitarios, alto en mayor frecuencia (46.15%). (Correa, F., 2013).

1.1.2. Contexto Nacional

En el Ecuador no se evidencia una cifra oficial referente a los niveles de estrés en la población en general. Sin embargo, dentro del país las instituciones de educación superior han realizado diversas investigaciones encaminadas al tema.

1.1.3. Contexto Regional

Dentro de la región costa no está instaurada una cifra exacta de los niveles de estrés, además en la provincia de los ríos no se encuentran estudios realizados del estrés en estudiantes de educación superior, por ello se considera importante conocer la dimensión de este problema dentro de nuestra localidad, para poder aportar con bases teóricas y científicas.

Un estudio realizado en una entidad de educación superior pública de la ciudad de Guayaquil-Ecuador reveló, que de 210 estudiantes el 97% el cual corresponde a 204 estudiantes, confirmaron la presencia de estrés en sus instancias académicas. (Álvarez, Gallegos, & Herrera, 2017).

1.1.4. Contexto Local y/o Institucional

Los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería de la universidad técnica de Babahoyo, se encuentra conformada por una diversidad estudiantil en los aspectos social, económica y cultural además cada uno con particularidades de adaptabilidad al medio en donde desarrollan sus actividades curriculares.

En ellos inciden varios factores como; los docentes, las responsabilidades y disponibilidad de tiempo que la carrera demanda, la falta de recursos, la lejanía con respecto a la ubicación de la universidad o en muchos casos dejar el hogar para alojarse cerca de dicha institución, y todo esto engloba como consecuencia un estado de estrés persistente, en dicha

institución no se encontraron estudios con respecto a la carrera de enfermería y la relación que este puede tener con el desempeño estudiantil.

Es por ello que se considera de gran importancia esta investigación a fin de contribuir con estrategias para el control del estrés e identificar situaciones que lo desencadenan y esta suma mucha importancia tanto para los estudiantes o en quienes deseen seguir indagando en el tema, ya que es un problema que cada vez está más inmerso en la sociedad.

1.2. Situación Problemática.

Dentro de los factores que más influyen para no tener una buena salud mental está el estrés, que puede estar presente en casi todas las etapas de nuestra vida, esto hace que el individuo se vea afectado en varios sucesos de su existencia ya que el organismo responde con un grado diferente de adaptabilidad.

Hoy en día el estrés es una de las afecciones más frecuentes a nivel mundial, está asociada al ritmo de vida acelerado y el crecimiento donde nos vemos inmersos en el pasar del tiempo y que nos suponen a sufrir una serie de cambios que conllevan a un afrontamiento personal.

La sociedad exige cambios e individuos capacitados y deseosos de lograr resolver problemas en todas las índoles o sucesos que lleguen a presentarse. La exigencia para responder ante problemas, genera un nivel de estrés mayor que lo que a veces puede tolerar el organismo y atrae como consecuencias muchos conflictos que van de simples a muy difíciles de resolver.

1.3. Planteamiento del Problema.

Los estudiantes universitarios se encuentran expuestos a una serie de factores estresantes entre ellos la sobrecarga de tareas académicas la cual implica un horario extendido más allá de las horas establecidas, adaptación a la metodología que tiene cada docente en el proceso de enseñanza, factores socioeconómicos y las consecuentes prácticas de laboratorio intrahospitalarias que suponen un factor sumamente estresante.

La enfermería como ciencia aplica un proceso de aprendizaje teórico – práctico donde se forma a los estudiantes al desarrollo de habilidades y resolución de problemas directamente en la atención a los pacientes, cuando el nivel de preparación previo no es óptimo se genera en los estudiantes una serie de reacciones, como, miedo, inseguridad, nerviosismo y desconfianza en sí mismo, lo que afecta su desempeño profesional.

Como manifiesta la autora María José de Dios Duarte y colaboradores en el artículo **“El estrés en estudiantes de enfermería”** manifiesta que “El inadecuado afrontamiento de las situaciones que generan estrés durante las prácticas puede dificultar el aprendizaje y el futuro desarrollo profesional”. (De Dios, Varela, Braschi, & Sánchez, 2017).

En el ámbito académico el estrés figura como uno de los principales factores influyentes para el mal desempeño en la formación académica de los estudiantes, esto acarrea una serie de problemas en la salud, tanto física como emocional, debido a la gran tensión sometida y provocando inconvenientes que no le permitirán llevar a cabo sus actividades. Ya que comprometerse en una carrera universitaria más la relacionada con la salud, implica para muchos estudiantes un reto que para algunos es positivo porque lo asumen llenos de positivismo y confianza en lograr adquirir nuevos conocimientos.

Por el contrario para otros, el estar en la universidad puede llegar a convertirse en una experiencia estresante permanente. Hay muchos casos

donde los aprendices tienen una actitud pesimista, donde existen problemas de bajas calificaciones, una conducta desconcertadora o sencillamente abandonan sus estudios, sin dar a comprender o explicar la razón de este. La calidad de la enseñanza que siempre proponen las universidades también debe implicar y exponer todas las variables que puedan intervenir en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Para los autores el estudio del estrés tiene mucha transcendencia ya que a lo largo del transcurso de su formación ha sido mucha la asociación de dicho problema con su desempeño académico, tanto para ellos como de sus compañeros de estudios.

1.3.1. Planteamiento General

¿De qué manera el estrés influye en el desempeño académico de los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo. Agosto 2018 – Febrero 2019?

1.3.2. Planteamientos Derivados

- ¿Cuál es el nivel de estrés que presentan los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo?
- ¿Cuáles son los factores que desencadenan las manifestaciones de estrés en los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo?
- ¿Cómo se manifiesta el estrés en los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo?
- ¿Cuáles son las manifestaciones: físicas, emocionales y conductuales a causa del estrés en los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo?

- ¿Qué promedio académico tienen los estudiantes que presentan manifestaciones de estrés?
- ¿Cuál es el porcentaje de participación en actividades extracurriculares por parte de los estudiantes que manifiestan estrés?

1.4. Delimitación de la Investigación.

1.4.1. Delimitación espacial

El trabajo de estudio se realiza en las instalaciones de la Universidad Técnica de Babahoyo, en la Facultad Ciencias de la Salud, con los alumnos de primer semestre de la carrera de Enfermería.

1.4.2. Delimitación temporal

El tiempo en el que se realiza el trabajo de investigación, esta constituido dentro del período semestral tiempo Agosto 2018 - Febrero 2019.

1.5. Justificación

El estrés es uno de los principales problemas de salud mental a nivel mundial que afecta a toda la población sin excepciones, está relacionado por una serie de procesos de adaptabilidad del organismo debido a cambios bruscos en su estilo de vida cotidiano; a consecuencia de esto se producen reacciones desfavorables. Como indica el autor David Pérez Núñez y colaboradores en el artículo “El estrés se considera como el proceso o reflejo que se pone en marcha cuando una persona percibe una situación o acontecimiento complejo en el cual se encuentra como amenazante o desbordante de sus recursos. (Pérez, Garcia, Garcia, Ortiz, & Centelles, 2014).

La carrera de enfermería de la Universidad Técnica de Babahoyo, ha implementado nuevas metodologías de enseñanza, motivando a los estudiantes a adaptarse al proceso, esto ha conllevado una mayor exigencia, elevando así el compromiso de estos. De acuerdo con investigaciones, no se han evidenciado estudios en dicha institución educativa, lo perjudicial que puede llegar a ser el estrés y afectar al desempeño académico. Por ello es que se considera pertinente el estudio porque se enfoca en una de los propósitos de enfermería que es la promoción de la salud mental además de proporcionar información de los factores que más influyen en el desarrollo del estrés en los estudiantes de enfermería.

De esta manera la presente investigación aportará información que de alguna manera será eficaz para los estudiantes no solo de la carrera de enfermería, sino de todas las carreras que oferta la Universidad Técnica de Babahoyo y para los propios autores, para que estos logren un buen desempeño y sean capaces de afrontar situaciones estresantes consecuentemente llegar a evitar posibles complicaciones que puedan presentarse en el transcurso de su formación.

1.6. OBJETIVOS.

1.6.1. Objetivo General

- Identificar de qué manera el estrés influye en el desempeño académico de los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo. Agosto 2018 – Febrero 2019

1.6.2. Objetivos Específicos

- Describir cual es el nivel de estrés que presentan los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo.
- Determinar cuáles son los factores que desencadenan las manifestaciones de estrés en los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo.
- Detallar cómo se manifiesta el estrés en los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo.
- Describir cuáles son las manifestaciones: físicas, emocionales y conductuales a causa del estrés en los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo.
- Determinar qué promedio académico tienen los estudiantes que presentan manifestaciones de estrés.
- Demostrar cuál es el porcentaje de participación en actividades extracurriculares por parte de los estudiantes que manifiestan estrés.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO O REFERENCIAL.

2.1. Marco teórico.

Estrés

Estrés del inglés stress, según la Real Academia de la Lengua Española es la tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicósomáticas o trastornos psicológicos a veces graves. El término estrés proviene de la física, refiriéndose a la presión que ejerce un cuerpo sobre otro, siendo aquel que más presión recibe el que puede destrozarse o deformarse. (Iglesias, 2011).

El estrés es el proceso que se pone en marcha cuando una persona percibe una situación o acontecimiento como amenazante o desbordante que perturban el equilibrio emocional del individuo. A menudo los hechos que lo ponen en marcha son los que están relacionados con cambios, exigen del individuo un sobreesfuerzo y por tanto ponen en peligro su bienestar personal. (Labrador & Crespo, 2010).

Es una respuesta automática del organismo ante cualquier cambio ambiental, externo o interno, mediante la cual el organismo se prepara para hacer frente a las posibles demandas que se generen como consecuencia de la nueva situación. (Labrador J. , 1995)

El estrés es la reacción de su cuerpo a un desafío o demanda. En pequeños episodios el estrés puede ser positivo, como cuando le ayuda a evitar el peligro o cumplir con una fecha límite. Pero cuando el estrés dura mucho tiempo, puede dañar su salud. (Labrador J. , 1995, citado en Villacruz, 2019).

Es una tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicosomáticas o trastornos psicológicos a veces graves. El estrés laboral es un estado de tensión física y psicológica que se produce en el momento de existir un desequilibrio entre las demandas planteadas por la organización del trabajo y el medio laboral, y los recursos de los trabajadores para hacerles frente o controlarlas. (García & Escalera, 2009).

Tipos de estrés

Se consideran 2 tipos:

- El **distrés**: (estrés negativo) ocasiona un exceso de esfuerzo en relación a la carga. Va acompañado siempre de un desorden fisiológico, psicológico o emocional y conductual, en el cual hay mantenimiento de la tensión, los músculos y órganos envían señales al cerebro de incomodidad y fastidio; hay falta de confianza, inseguridad y tensión mental. El resultado es el miedo al fracaso (tensión) la salud empeora y el rendimiento disminuye.

- El **Eutrés**: (estrés positivo): representa aquel estrés donde el individuo interacciona con su estresor, pero mantiene su mente abierta y creativa. La persona se manifiesta con placer, alegría, bienestar y equilibrio. Es un estado en el cual se potencia el mejoramiento del nivel de conocimiento, de las ejecuciones cognitivas que provee la motivación. (Jaureguizar & Espina, 2008) y (Tello & Zalamea, 2016)

Factores estresores

Según Silvia Tolentino la autora del trabajo de investigación “Perfil de estrés académico en alumnos de licenciatura en psicología”, clasifica a los estresores únicamente en dos grupos: los individuales y los grupales, explicándolos desde un punto de vista académico. (Tolentino, 2009).

➤ **Individuales.** Como su nombre lo indica se refiere a los problemas que tiene cada persona, por ejemplo, si este es universitario estará inmerso en un sinnúmero de conflictos, como la sobre carga de tareas, la presión de exámenes, la situación económica, etc. Estos estresores individuales a su vez se clasifican en 3:

- **Rol Dual:** Llamamos conflicto de roles a la presión que muestra el estudiante cuando se contraponen dos expectativas; lo que tiene y espera él de sí mismo, contra lo que cualquier otra área (su familia, amigos, profesores), tiene o espera de él. Estos conflictos de roles limitan al estudiante en sus metas, y ocasionan en muchos de los casos insatisfacción en lo que hace.
- **Ambigüedad de la Institución:** Ocurre cuando las instrucciones brindadas por el profesor o por el material didáctico son escasas, imprecisas o incomprensibles; generando en el alumno malestar, por no sentirse capaz de lograr la meta requerida.
- **Sobrecarga de trabajo:** Se refiere a la cuantiosa cantidad de tareas ya sean estas académicas o en su hogar, esto generalmente es provocado por la impericia del estudiante para organizar su tiempo de acuerdo a sus actividades.

➤ **Grupales**

- **Clima Educativo:** Es el ambiente educativo conformado por alumnos y profesores, y la relación o el clima que existe entre ambos.
- **Conflictos Intergrupales:** estos conflictos suceden cuando, entre grupos de trabajo existen asperezas o algún tipo de desacuerdo (Tolentino, 2009).

Nivel de manifestación del estrés

- **Físico:** opresión en el pecho, hormigueo o mariposas en el estómago, sudor en las palmas de las manos, palpitaciones, dificultad para tragar o respirar, sequedad en la boca, temblor corporal, manos y pies fríos, tensión muscular, falta o aumento de apetito, diarrea o estreñimiento, fatiga, caída de cabello, tensión en el cuello, dolor de espalda.
- **Emocional o psicológico:** inquietud, nerviosismo, angustia; deseos de llorar y/o un nudo en la garganta; irritabilidad, enojo o furia constante o descontrolada; deseos de gritar, golpear o insultar; miedo o pánico, preocupación excesiva; la necesidad de que “algo” suceda, para que se acabe la “espera”; dificultad para tomar decisiones; dificultad para concentrarse; lentitud de pensamiento; cambios de humor constantes, disminución de la memoria.
- **Conductual:** moverse constantemente, risa nerviosa, rechinar los dientes, tics nerviosos, problemas sexuales, comer en exceso o dejar de hacerlo, beber o fumar con mayor frecuencia, dormir en exceso o sufrir de insomnio. (Russek, 2013).

Fases del estrés

Selye después de su ardua investigación en 1936, concluyó que nuestro cuerpo tiene un mecanismo propio de defensa en caso de amenazas del entorno aquel mecanismo lo llamo “Síndrome de Adaptación General” o “Estrés”. Por esto a Hans Seyle se lo denomina padre del Estrés. (Bustos, 2015)

Fase de alarma

Es la primera fase en la que entra el organismo, justo después de que este se pone en contacto con el estresor, momento en el cual se decide la

medida de afrontamiento; dándose la activación del eje hipofisario y la aparición de los siguientes síntomas:

- Se da una movilización de las defensas del organismo.
- Hay un aumento de la frecuencia cardíaca.
- El bazo comienza a producir en mayor cantidad de hematíes.
- Se produce una redistribución sanguínea, el cual se dirige a los órganos diana como son el cerebro, corazón y músculos.
- Aumenta la frecuencia respiratoria.
- Midriasis.
- Aumento de la coagulación.
- Aumenta el número de linfocitos.

Fase de adaptación o resistencia

Si el cuerpo se llega a adaptar al estresor al que está expuesto, la fase de alarma termina, dando paso a este siguiente paso de adaptación donde la resistencia se encuentra por encima de lo normal. (Bustos, 2015)

Cuando un individuo es sometido en forma prolongada a la amenaza de agentes lesivos físicos, químicos, biológicos o sociales el organismo si bien prosigue su adaptación a dichas demandas de manera progresiva, puede ocurrir que disminuyan sus capacidades de respuesta debido a la fatiga que se produce en las glándulas, por el estrés. Durante esta fase suele ocurrir un equilibrio dinámico u homeostasis entre el medio ambiente interno y externo del individuo. Si el organismo tiene la capacidad para resistir mucho tiempo, no hay problema alguno, en caso contrario sin duda avanzará a la fase siguiente. (Iglesias, 2011).

Fase de agotamiento.

La disminución progresiva del organismo frente a una situación de estrés prolongado conduce a un estado de gran deterioro con pérdida importante de las capacidades fisiológicas y con ello sobreviene la fase de agotamiento en la cual el sujeto suele sucumbir ante las demandas pues se reducen al mínimo sus capacidades de adaptación e interrelación con el medio. (Iglesias, 2011).

Cuando se presenta una permanente exposición al estresor, por un largo periodo de tiempo en el que incluso el cuerpo ha llegado a acostumbrarse, la energía empieza agotarse por su uso constante, se reactiva la fase de alarma; reactivándose los síntomas, y pudiendo llevar a la muerte al individuo. (Bustos, 2015)

Respuestas frente al estrés

Una vez que el sujeto percibe algún nivel de estrés se pueden presentar respuestas a nivel conductual (afrentamiento), emocional, cognitivo y fisiológico.

- **A nivel conductual** la baja concentración del individuo ocupa su tiempo en pensar en los problemas de su entorno y buscar una solución a ello, lo que implica la falta de concentración en las tareas que realiza. En ocasiones muestra agresividad pues el individuo se encuentra atacando en todo momento, lo que finalmente implica que no se puede establecer una buena comunicación. Y en la mayoría de los casos presenta un bajo rendimiento académico, pues todos los efectos que produce el estrés implicarán al individuo inevitablemente un bajo desempeño académico.

La persona al sentirse mal físicamente, no se encontrará concentrada, o si se encuentra agresivo no escuchará instrucciones y tampoco

pedirá ayuda, no tendrá la capacidad para terminar tareas en el tiempo determinado para ello utilizará respuestas de afrontamiento. El afrontamiento es un proceso psicológico que se pone en marcha cuando en el entorno se producen cambios no deseados o estresantes acompañados de emociones negativas. (Kozier, Erb, Berman, & Snyder, 2011), y (Tello & Zalamea, 2016)

En el lenguaje se presenta una incapacidad para dirigirse oralmente a un grupo de personas de forma satisfactoria, puede darse tartamudez y un descenso de fluidez verbal. La persona experimenta falta de entusiasmo por las aficiones preferidas, así como por sus pasatiempos favoritos. Es frecuente el ausentismo laboral y escolar, así como un aumento del consumo de alcohol, tabaco, café u otras drogas. El nivel de energía disponible fluctúa de un día para otro. Los patrones de sueño se alteran. Generalmente se sufre de insomnio y se llega a veces a una extremada necesidad de dormir.

En cuanto a las relaciones interpersonales, aumenta la tendencia a la sospecha, se tiende a culpar a las otras personas o a atribuirles responsabilidades propias. También hay cambios en la conducta, tales como reacciones extrañas y la aparición de tics, o sea, actitudes que no sean propias de la persona. Incluso pueden manifestarse ideas suicidas e intentos de llevarlas a cabo. Se considera que cuando una persona se encuentra bajo el efecto del estrés puede aumentar su capacidad de percepción, de memoria, de razonamiento y de juicio durante un periodo de tiempo limitado; no obstante, cuando la tensión se lleva más allá del límite, sobreviene el declive y se observan dificultades en las capacidades cognitivas, tales como la dificultad para concentrarse y la pérdida de memoria.

Esta situación puede apreciarse en estudiantes que acuden a un examen y, debido a la tensión del momento, no logran responder a las preguntas. Asimismo, la capacidad de razonar, de resolver problemas o de emitir juicios se ve menoscabada por la presencia del estrés.

Ocurre cuando la persona dice encontrarse “bloqueada” y dice no poder ni saber cómo reaccionar ante una situación. Otra reacción común de la persona sometida a estrés es la frustración. Este estado anímico la irrita; de hecho, diversos especialistas vinculan la frustración con la agresividad. Asimismo, con mucha frecuencia la persona estresada presenta síntomas de ansiedad, tales como la aprehensión, la preocupación, la tensión y el temor por el futuro. (Naranjo, 2009).

- **A nivel emocional:** Se usan indistintamente para referirse al estrés generado, por ejemplo, cuando ocurren relaciones interpersonales conflictivas. Su consecuencia es un cambio afectivo que puede desencadenar diversas patologías en función de la predisposición genética, la experiencia del individuo y su ambiente cultural.

La persona experimenta dificultad para mantenerse relajada tanto física como emotivamente. Aparte de los desajustes físicos reales, se empieza a sospechar de nuevas enfermedades (hipocondría), aparecen rasgos como el desarrollo de la impaciencia, la intolerancia, el autoritarismo y la falta de consideración por otras personas. Los principios morales que rigen la vida de la persona se relajan y se posee menor dominio propio. Hay un aumento de desánimo y un descenso del deseo de vivir. La autoestima también se ve afectada por pensamientos de incapacidad y de inferioridad. (Kozier, Erb, Berman, & Snyder, 2011), y (Tello & Zalamea, 2016)

- **A nivel cognitivo:** La persona tiene dificultad para permanecer concentrada en una actividad y presenta una frecuente pérdida de atención. La retención memorística se reduce, tanto en la memoria a corto plazo como a largo plazo. Los problemas que exigen una reacción inmediata y espontánea se resuelven de una manera impredecible. Cualquier problema que requiera actividad mental tiende a solucionarse con un número elevado de errores. Por lo general, la persona se siente incapaz de evaluar acertadamente una

situación presente y tampoco puede acertar a proyectarla en el futuro. Además, la manera de pensar no sigue patrones lógicos y coherentes dentro de un orden, sino que se presenta desorganizada. (Naranjo, 2009).

- A **nivel fisiológico**: El desarrollo de un trastorno psicofisiológico como consecuencia del estrés depende en gran medida de las respuestas fisiológicas activadas y los órganos implicados. Como consecuencia, puede producirse el agotamiento de los recursos y la aparición de algún trastorno psicofisiológico (Kozier, Erb, Berman, & Snyder, 2011, citado por Tello & Zalamea, 2016)

Respuesta fisiológica del estrés

El estrés afecta tanto la mente como el cuerpo del hombre, produciendo una falla en la correcta homeostasis, por lo tanto, influye negativamente en la correcta ejecución de las actividades diarias. Para poder combatir de manera adecuada a estos estresores negativos, es necesario analizar los procesos fisiológicos que ocurren en nuestro organismo, en el momento en que estos actúan sobre él. En el momento en el que nuestro cuerpo experimenta una demanda externa, se desencadena una reacción fisiológica, la cual activa el eje hipofisopararrenal y al sistema nervioso vegetativo. (Manual de control de estrés, 2010).

El eje hipofisopararrenal (HSP) se compone de:

Hipotálamo - Hipófisis - Glándulas suprarrenales

Este eje se activa con agresiones físicas y psíquicas. Al momento de activarse, genera procesos fisiológicos, entre ellos y considerado la más importante producción de corticoides que al entrar a formar parte de la circulación sanguínea generan respuestas en el organismo. Los corticoides liberados son:

- **Los glucocorticoides:** El principal de este grupo es el cortisol, entre sus principales funciones esta facilitar la secreción de agua y mantener la presión arterial, actúa en la homeostasis del calcio y de fosfatos, aumentando su producción. Afecta a los procesos infecciosos y estimula la concentración de glucosa en sangre.
- **Los andrógenos:** Hormonas que tienen como función estimular las características secundarias masculinas.

Medición del estrés

El estrés es medido mediante el Inventario SISCO que evalúa reacciones físicas, psicológicas y comportamentales, el cual fue modificado, adaptado y estandarizado por (Barraza A - 2010) tiene una validez de 87% y una confiabilidad obtenida mediante el coeficiente alfa de Cronbach de 90%. El Test de Estrés académico está distribuido de la siguiente manera:

- Ocho ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.
- Quince ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.
- Seis ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento. (Barraza, 2010).

Su evaluación se clasifica en:

- **Estrés bajo = 10 – 39 puntos.**

Es cuando el estudiante universitario presenta con frecuencia 1 ó 2 de los ítems de situaciones estresantes planteados en el Test de Estrés y manifiesta reacciones físicas como dolor de cabeza, tensión muscular, fatiga.

- **Estrés medio = 40 – 79 puntos.**

Es cuando el estudiante universitario presenta con frecuencia hasta 4 de los ítems de situaciones estresantes planteados en el Test de Estrés y manifiesta reacciones físicas como dolor de cabeza, tensión muscular, fatiga, cansancio; y reacciones conductuales como mal carácter, cambios de estado de ánimo, irritabilidad.

- **Estrés alto = 80 – 115 puntos.**

Es cuando el estudiante universitario presenta con frecuencia más de 6 ítems de situaciones estresantes planteados en el Test de Estrés y manifiesta reacciones físicas como dolor de cabeza, tensión muscular, fatiga, reacciones conductuales y reacciones psicológicas como nerviosismo, falta de concentración, ansiedad. (Barraza, 2010, citado en Tello & Zalamea, 2016).

Duración del estrés

De acuerdo a su duración, el estrés puede presentarse de la siguiente manera:

- **Estrés agudo:** es la forma de estrés más común. Los síntomas son: enojo, irritabilidad, dolor de cabeza, tensiones musculares, etc. Tiene una duración de corto plazo; es decir de 2 semanas a 1 mes. Puede presentarse en la vida de cualquiera, y es muy tratable y manejable.

- **Estrés agudo episódico:** son aquellas personas que tienen estrés con frecuencia. Es común que las personas tengan reacciones como mal carácter, sean irritables, ansiosas y estén tensas, presenten migraña, hipertensión, dolor en el pecho. Por lo general, el estrés agudo episódico, requiere la intervención de ayuda profesional, la cual puede tomar varios meses (aproximadamente 6 meses).
- **Estrés crónico:** es el estrés agotador que desgasta a las personas día tras día, año tras año. Hace estragos mediante el desgaste a largo plazo. La persona nunca ve salida a una situación, abandona la búsqueda de soluciones. Los síntomas de estrés crónico son difíciles de tratar y requieren tratamiento médico y de conducta. (Russek, 2013).

Desempeño académico

El concepto de desempeño académico ha sido discutido por varios autores y sus definiciones pueden ser clasificadas en dos grandes grupos: las que consideran al desempeño/rendimiento como sinónimo de aprovechamiento y las que hacen una clara distinción entre ambos conceptos. El desempeño puede ser expresado por medio de la calificación asignada por el profesor o el promedio obtenido por el alumno. También se considera que el promedio resume el rendimiento escolar. (Ortiz, Tafoya, Farfán, & Jaimes, 2002).

Los problemas académicos como el bajo rendimiento académico, el bajo logro escolar, el fracaso escolar y la deserción académica, son de interés para padres, maestros y profesionales en el campo educativo.

El bajo desempeño académico y el fracaso escolar son considerados elementos en donde se observa una gran pérdida de potencial, por lo que se les supone como un riesgo debido a las consecuencias adversas en el desarrollo de la vida, especialmente en áreas con las cuales se relaciona

como es la salud física y mental, desórdenes de conducta, el embarazo adolescente, el consumo de sustancias adictivas, la delincuencia y el desempleo.

La escuela es el lugar en donde los jóvenes adquieren conocimientos, pero también es el escenario en donde se exponen a variadas normas sociales, reglas y costumbres de su comunidad. (Frías, López, & Díaz, 2003).

Rendimiento académico

En los últimos años ha surgido un creciente interés y preocupación en la mayoría de los países por la calidad de los egresados de los programas universitarios, un problema determinado por múltiples factores como el contexto social, la familia, el funcionamiento del sistema universitario, el rol del profesor y la disposición y capacidad del alumno. En la actualidad existe otro factor que se ha identificado como crucial y que afecta de manera adversa el logro de las metas de un estudiante universitario, este se conoce como el estrés académico (Vélez & Roa, 2005).

Los estudiantes universitarios se enfrentan cada vez más a retos y exigencias del medio que demandan una gran cantidad de recursos físicos y psicológicos de diversa índole. Ante esta situación muchos de los estudiantes que no pueden lidiar con ella, fracasan en sus estudios, los abandonan o detienen su carrera para otro momento de sus vidas, pero los que se atreven enfrentarse al reto de continuar su carrera universitaria a pesar de lo mencionado, en ocasiones bajan considerablemente su rendimiento académico. (García, 2011).

El rendimiento académico puede concebirse como el nivel de conocimientos, habilidades y destrezas que el estudiante adquiere durante el proceso enseñanza- aprendizaje de los educandos matriculados en un curso, grado, ciclo o nivel educativo, lo que va estar en relación con los objetivos y contenidos de los programas y el desempeño de los estudiantes

en todo el proceso mencionado. Es la relación entre el proceso de aprendizaje, que involucra factores extrínsecos e intrínsecos al individuo, y el producto que se deriva de él, expresado tanto en valores predeterminados por un contexto sociocultural como en las decisiones y acciones del sujeto en relación con el conocimiento que se espera obtenga de dicho proceso. (Caldera & Pulido, 2007).

Evaluación del Desempeño / Rendimiento Académico

El desempeño o rendimiento académico se mide por medio de una valoración cualitativa con las calificaciones obtenidas, con su resultado se obtiene la ganancia de año, la pérdida o la deserción de los estudiantes. Las notas son el indicativo preciso para evaluar el rendimiento académico, se presume que estas reflejan el éxito académico o viceversa.

Los criterios evaluativos dependen de cada institución educativa, para conseguir una valoración promedio para cada materia, que el estudiante tome, al hablar de las calificaciones debemos se toma en cuenta criterios de la universidad, es decir, institucionales, del docente y de alumno.

La valoración del rendimiento académico entonces no es más que, la relación entre lo que se enseña y lo que se aprende, valorándolo con una nota, obtenida como promedio de la sumatoria de las diferentes actividades académicas realizadas por el alumno en ese ciclo escolar.

Varios autores están de acuerdo en lo difícil que resulta determinar el rendimiento académico en la educación superior con un valor cuantitativo (notas), debido a que se debe diferenciar dos conceptos totalmente diferentes el Rendimiento Académico Inmediato que, si podría ser medido con esta valoración, y por otro lado el Rendimiento Académico Mediato, que está enfocado en los logros personales y profesionales que presenta el alumno. (Garbanzo Vargas, 2007).

Dimensiones que inciden en el rendimiento académico.

Dimensión académica

Esta dimensión refiere al qué y al cómo del desarrollo académico del sujeto en su proceso formativo en la universidad. En este sentido, se consideran tanto variables que afectan directamente la consecución del resultado de dicho proceso, como aquellas que lo evidencian. (Garza, 2013).

Dimensión económica

La dimensión económica se relacionan con las condiciones que tienen los estudiantes para satisfacer las necesidades que plantea el sostenerse mientras cursa sus estudios académicos: vivienda, alimentación, vestuario, transporte, material de estudio, gastos en actividades de esparcimiento, entre otros. Si estas son favorables se espera que desarrollen sus actividades académicas con solvencia, autonomía y los resultados sean satisfactorios. (Garza, 2013).

Dimensión familiar

Se entiende esta dimensión, como el ambiente familiar donde se desarrolla y crece un individuo, el cual puede favorecer o limitar su potencial personal y social, además de tener efectos en la actitud que asume frente al estudio, la formación académica y las expectativas con proyectos de educación superior. En la familia se gestan patrones de comportamiento, valores y sistemas de relación entre sus miembros que son registrados a nivel consciente e inconsciente de tal forma que en la dinámica familiar se puede constatar que la actitud del estudiante, sea de manera positiva o negativa. (Garza, 2013).

Dimensión personal

Esta dimensión atraviesa las otras cuatro dimensiones en cuanto dirige el deseo, la intención y la acción en gran parte inconscientemente de cada sujeto como individualidad manifestándose en su singularidad. Una de las características que se incluye en esta dimensión son las habilidades sociales y su adquisición por medio, principalmente, del aprendizaje que incluyen comportamientos verbales y no verbales, específicos y discretos; suponen iniciativas y respuestas efectivas y apropiadas, acrecientan el reforzamiento social, son recíprocas por naturaleza y suponen una correspondencia efectiva y apropiada. (Garza, 2013).

Factores académicos que inciden en el Rendimiento académico.

Capacidad intelectual

Otro factor que se considera muy importante es la capacidad intelectual, que tiene una importancia muy significativa sobre el rendimiento académico.” todos los aprendizajes son obtenidos por la capacidad de percibir y organizar los conocimientos adquiridos durante la clase. (Garbanzo, 2008)

Asistencia a clases

Se refiere a la presencia del estudiante en las lecciones otorgadas por el docente, cuanto mayor asiste el estudiante a clases tendrá mejor calificación, la asistencia a clases es uno de los factores más significativos que influye en el rendimiento académico. (Fernández, 2011)

La Didáctica

Es muy importante que el docente utilice métodos para que tenga llegada al estudiante y a su vez pueda captar al cien por ciento la clase dictada. (Leal, 2005).

Aptitudes

Al igual que la inteligencia, las aptitudes son variables comúnmente estudiadas dentro de los determinantes de índole personal. Se asocian a habilidades para realizar determinadas tareas por parte del estudiante mediante diferentes pruebas. (Mendoza, y otros, 2010)

Formación Académica

Previa a la universidad El rendimiento académico previa a la Universidad constituye uno de los indicadores con la mayor capacidad predictiva en el rendimiento académico en los estudiantes universitarios y tiene mucho que ver la calidad educativa de la institución de la que proviene el estudiante. (Hernandez, 2011)

Edad

Los resultados del estudio de la relación entre la variable de la edad y el rendimiento pueden pensarse, en cierta forma contradictorias: Por una parte parece claro que, en cada curso, los estudiantes más jóvenes son los que obtienen mejores tasas de rendimiento y mejores calificaciones y por otra, parece igualmente claro que los mejores rendimientos van asociados a los alumnos de los últimos cursos, es decir, los alumnos de mayor edad". (Tejedor, 2007).

Niveles de Rendimiento Académico

Actualmente la escala de calificación de los estudiantes en el nivel universitario, se comprende que las instituciones de educación superior (universidades, institutos y demás centros de formación académica), la evaluación cuantitativa considera la centesimal teniendo en cuenta los siguientes intervalos.

Nivel Excelente

Cuando el estudiante evidencia que domina los aprendizajes previstos y las evaluaciones promedio oscilan entre 9 a 10 puntos respectivamente.

Nivel Bueno

Cuando el estudiante evidencia un manejo de lograr los aprendizajes previstos, está próximo a llegar a la excelencia. Promedio oscilan entre 7.5 a 8.99 puntos respectivamente.

Nivel Regular

Cuando el estudiante evidencia una condición media o no alcanza la excelencia en el logro de un aprendizaje adecuado y las evaluaciones promedio oscilan entre 7 a 7.4 puntos respectivamente.

Nivel Insuficiente

Nota o calificación académica que indica que el estudiante evidencia dificultades para el desarrollo, el mismo que no ha llegado al nivel mínimo exigido para aprobar, el promedio oscilan entre 0 a 6.9 puntos respectivamente.

2.1.1. Marcos Conceptuales

- **Estrés:** es una condición agobiante como resultado directo de respuestas frente a estímulos de diversa índole los cuales afectan de manera negativa en muchos casos y positiva en ciertas ocasiones, en las que el individuo se encuentra en situaciones amenazantes que alteren el equilibrio físico, conductual y psicológico del individuo.

- **Tensión:** una situación de un cuerpo que se encuentra en medio de la influencia de fuerzas opuestas que ejercen tracción a él.
- **Ambigüedad:** es un adjetivo que hace referencia a todo aquello que puede entenderse de varias maneras.
- **Salud Mental:** estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad. (OMS, 2001)
- **Glucocorticoides:** son hormonas secretadas por las células de las capas fascicular y reticular de la corteza suprarrenal que actúan sobre el metabolismo intermedio de las grasas y las proteínas en el organismo.
- **Andrógenos:** tipo de hormona que promueve el desarrollo y el mantenimiento de las características sexuales masculinas.
- **SISCO:** inventario empleado en la medición del estrés académico basado en tres componentes sistémicos-procesuales: estímulos estresores (input), síntomas (indicadores del desequilibrio sistémico) y estrategias de afrontamiento (output), el cual fue modificado, adaptado y estandarizado por el Dr. Arturo Barranza Macías, 2010.
- **OMS:** Organización Mundial De La Salud.
- **Estresores:** son factores desencadenantes del estrés que perturban el equilibrio del organismo.
- **Homeostasis:** es el estado fisiológico que permite tener regulado el equilibrio interno del organismo.

- **Desempeño académico:** es la forma en la cual el individuo pone en práctica las capacidades que ha adquirido a lo largo de su desarrollo pedagógico, va más allá de un sistema de evaluación continua, el desempeño que realiza un estudiante está asociado a la competencia en el progreso de una actividad escolar.
- **Deserción académica:** relativo cuando los estudiantes dejan de asistir a clases y quedan fuera de una institución educativa.
- **Afrontamiento:** término utilizado que hace referencia al esfuerzo que realiza el individuo para hacer frente a situaciones agobiantes.
- **Adaptación:** es la acción en la que un organismo se acopla al medio donde se desarrolla y los cambios de este.

2.1.2. Antecedentes Investigativos

A lo largo del tiempo se han realizado diversos trabajos indagatorios referentes al tema tratado, no obstante pocos de los ensayos reúnen los datos esenciales para formar parte de los antecedentes investigativos.

Vallejo, A. L. (2011) en su estudio: Relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de la UNAM (Universidad Nacional Autónoma de México), 2011, México D.F.

El objetivo fue analizar si existe correlación entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de la UNAM; para lo cual la muestra obtenida mediante el muestreo no probabilístico, lo conformaron 138 estudiantes (32 estudiantes cada uno de los semestres 4° y 8°, 40 estudiantes de 2° y 34 estudiantes de 6°). La técnica fue la encuesta y el instrumento el inventario SISCO de estrés. Los resultados de este trabajo, mostraron que el 50,7% (70) estaban conformados por hombres y el 49,3%

(68) por mujeres. También encontraron que 49,93% se encontraban en el nivel bajo y medio de rendimiento académico y 80,6% (114) de los universitarios se encontraban en un nivel moderado de estrés, debido a la sobrecarga de trabajos y las evaluaciones de los docentes como exámenes, trabajos de investigación, entre otros; que es lo que más les inquietaba. Conclusión: Se realizó un análisis de correlación de Pearson con la finalidad de determinar si existía una relación entre el nivel de estrés académico y el rendimiento académico, encontrando que no hay una relación estadística significativa ($p= ,019$) entre éstas variables, rechazando la hipótesis estadística correspondiente.

Casuso, J. (2011) en el estudio del Estrés, compromiso y rendimiento académico en estudiantes universitarios de ciencias de la salud. Málaga.

Tuvo como objetivo analizar el estrés y el compromiso de los estudiantes universitarios de la Facultad de Enfermería, Fisioterapia, Podología y Terapia Ocupacional de la Universidad de Málaga; así como la posible relación de ambos factores con rendimiento académico de los mismos en el curso 2009-2010. Fue realizada en una muestra de 304 alumnos universitarios. La metodología tuvo un diseño observacional, transversal de naturaleza analítica o inferencial. Los resultados encontrados fueron: la idea de que la percepción de las situaciones del contexto académico como estresantes ejerce muy poca influencia en los resultados académicos; así también, los síntomas de estrés de carácter físico, cognitivo y comportamental no tienen influencia alguna sobre el rendimiento académico de los estudiantes universitarios que conforman la muestra de estudio.

Bedoya, F., Matos, L. y Zelaya, E. (2012), en su investigación realizada en Lima, cuyo título fue “Niveles de estrés académico, manifestaciones psicósomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012”.

Tuvo como objetivo determinar los niveles de estrés, manifestaciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento en estudiantes de medicina de primero, cuarto y séptimo año, siendo un estudio descriptivo, de corte transversal, con una muestra de 187 alumnos formada por 52,9 % varones y 47,1 mujeres, con una media de edades de $23,34 \pm 1,70$ años. Los resultados obtenidos muestran que los estudiantes de Séptimo año alcanzaron mayores niveles de estrés con un 77,54 %, presentando los varones niveles más bajos respecto a las mujeres. El estresor más frecuente en los alumnos del primer, cuarto y séptimo año fue la sobrecarga de trabajos (67,60 %, 35,13% y 51,35%) y evaluaciones de los profesores (57,75%, 37,84% y 59,46%) respectivamente. La habilidad asertiva (62,26%) e implementación de un plan (39,62%) fueron las estrategias de afrontamiento más frecuentemente usadas por estudiantes con bajo nivel de estrés. Llegando a la conclusión que la recurrencia de manifestaciones psicosomáticas fue moderada a predominio de reacciones psicológicas en ambos sexos y en los tres años de estudio. (citado por Villacruz, 2019)

Hernández, G. y Maeda, K. (2014). En su trabajo de investigación “Estrés en estudiantes Universitarios de la Universidad Privada “Juan Mejía Baca” Semestre Académico 2014 – II.

El objetivo principal de esta investigación fue estudiar los niveles de estrés en los estudiantes de la Universidad Privada “Juan Mejía Baca” en el semestre académico 2014-II. Este estudio cuantitativo, aplicó un diseño descriptivo simple, en el que participaron 254 estudiantes de las cinco carreras que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión, aplicándose un muestreo probabilístico simple proporcional, se aplicó el Inventario SISCO de Estrés Académico (Alfa Cronbach de .90.), respetándose los principios éticos y los criterios de cientificidad. Los resultados muestran que existen niveles altos de estrés académico en los universitarios (45,28%), siendo las carreras de Educación (61.54%) y Psicología (48.78%) los que mostraron mayores porcentajes. Los estresores identificados fueron las evaluaciones de los profesores (40.94%), sobrecarga de áreas y trabajos escolares (39.37%) y el

tiempo limitado para hacer el trabajo (31.10%). Las reacciones físicas más frecuentes son la somnolencia o mayor necesidad de dormir (27.95%), dolores de cabeza o migrañas (23.23%) y la fatiga crónica (22.05%), los psicológicos: son los problemas de concentración (18.90%), sentimientos de tristeza (17.32%) y ansiedad, angustia o desesperación (15.75%), en las reacciones comportamentales destaca los problemas el aumento o reducción del consumo de alimentos (15.35%). Los estilos de afrontamiento más empleados por los estudiantes es la habilidad asertiva (45.28%), búsqueda de información sobre la situación (37.80%) y la elaboración de un plan y ejecución de sus tareas (35.04%). Concluyendo que los estudiantes muestran niveles altos de estrés académico.

Chávez R. (2014). "Estresores y estrés percibido en las prácticas clínicas, en estudiantes de enfermería, de la universidad nacional de San Agustín Arequipa 2014"

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la asociación entre algunos estresores y estrés percibido en las prácticas clínicas, en estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín. El método fue cuantitativo, diseño no experimental, descriptivo, correlacional, transversal. La muestra estuvo constituida por 103 estudiantes del 2do al 4to nivel, matriculados en el segundo semestre académico 2014. Los instrumentos fueron: Escala de valoración de estresores en la práctica clínica, con una validez de 95,9% mediante el juicio de expertos y confiabilidad de 86,3% mediante el coeficiente Alfa de Cronbach; Escala de Estrés Percibido, cuya validez fue de 91,1% mediante el juicio de expertos y confiabilidad de 84,9% mediante el coeficiente Alfa de Cronbach. El procesamiento de datos se realizó mediante el programa estadístico SPSS versión 21 en español y los resultados fueron: 61,2% muestran competencias suficientes, 52,4% muestran impotencia e incertidumbre, 57,3% presentan relación insatisfactoria con el docente, 61,2% presentan satisfactoria relación con compañeros, 64,1% presentan implicación emocional, 76,7% se presenta como no dañada en la relación con el paciente y 74,8% presentan sobrecarga académica. Al identificar el estrés percibido en las prácticas

clínicas, se obtuvo que: 45,6% tiene estrés leve y estrés medio, respectivamente.

López Cruz, José Alberto (2016). Influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería de la Universidad Ciencias De La Salud Arequipa, 2016.

El objetivo principal determinar la influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de Enfermería en el año 2016; la población fueron 57 estudiantes, predominantemente mujeres. El tipo de investigación fue causal explicativa. El rendimiento académico con mayor frecuencia es regular (47.4%), con promedios entre 11 a 15. Las situaciones estresantes como: inquietud por la competencia, sobrecarga de tareas, personalidad del docente y tiempo limitado influyen en el rendimiento académico regular o malo ($\chi^2 19.790$; $p(0.01)$). Frente a la mayor frecuencia de estímulos estresores el rendimiento académico predominante es regular a malo ($\chi^2 22.140$ ($p= 0.00$)). Las estrategias de afrontamiento como la asertividad, plan de tareas y otros persisten asociadas al regular rendimiento académico ($\chi^2 23.054$; ($p=0.00$)). Las conclusiones fueron: La presencia de estrés en estudiantes de enfermería influye negativamente en su rendimiento académico. Los estudiantes presentan niveles de estrés de nivel medio (43.9%) y alto (43.9%).

Roblero Pachacama, Jaime René (2017). Estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias Psicológicas de la Universidad Central del Ecuador. Informe final del trabajo de titulación para la obtención del Título de Psicólogo Clínico. Carrera de Psicología Clínica. Quito: UCE. 97 p.

El objetivo principal fue el de describir desde un carácter sistémico al estrés académico presente en los estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Central del Ecuador. Donde se pretende observar si el ambiente universitario es evaluado por los estudiantes como un entorno perturbador y generador de malestar emocional. La fundamentación teórica

se basa en el modelo sistémico-cognoscitivista, cuya estructura permitió la elaboración y el desarrollo de los conceptos planteados. Investigación de tipo descriptiva con enfoque cuantitativo aplicada a una muestra de 305 estudiantes, por medio de una encuesta sociodemográfica y el inventario SISCO. Donde se encontró que, la prevalencia del estrés académico en los estudiantes de la Facultad de Psicología es del 93,4%, cuyo nivel es Medianamente Bajo, además que la población de la Facultad valorada con un desequilibrio sistémico corresponde al 11, 8%. Por lo que se les recomienda a los estudiantes: emplear técnicas y métodos de estudio idóneos que les facilite el éxito académico esperado; y que, ante la experiencia de sobrecarga, busquen apoyo académico.

Luis Álvarez, Roberto Gallegos & Pablo Herrera, (2017). Estrés académico en estudiantes de tecnología superior.

El objetivo principal de esta investigación fue identificar el nivel de estrés académico al que están expuestos los estudiantes de Tecnología Superior en Finanzas de una entidad de educación superior pública de la ciudad de Guayaquil-Ecuador. El diseño de la investigación fue no experimental de corte transversal, con una muestra no probabilística por conveniencia de 210 estudiantes, quienes tienen una permanencia en la institución mayor a seis meses. El proceso de autorización, levantamiento y análisis de la información se realizó en el tercer trimestre del año 2017. La herramienta que se utilizó fue el Inventario de Estrés Académico SISCO diseñado por el Dr. Barraza Macías Arturo de la Universidad Pedagógica de Durango en México. De los 210 estudiantes, el 97% el cual corresponde a 204 estudiantes, confirmaron la presencia de estrés en sus instancias académicas. En esta investigación el instrumento obtuvo un alto nivel de confiabilidad con un puntaje de 0.894 según Alfa de Cronbach. En conclusión, el estrés académico está presenta en nivel medio, siendo las demandas del entorno tales como la sobrecarga, los mayores desencadenantes de reacciones a nivel psicológico.

2.2. Hipótesis

2.2.1. Hipótesis general

El desempeño académico de los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo, se encuentra influenciado por muchos factores dentro de ellos, el que más afecta es el estrés.

2.3. Variables

2.3.1. Variable independiente

Estrés

2.3.2. Variable dependiente

Desempeño académico

2.3.3. Operacionalización de variable

Tabla 1. Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Dimensión o categoría	Indicador	Índice
Estrés	Es una condición agobiante como resultado directo de respuestas frente a estímulos de diversa índole los cuales afectan de manera negativa en muchos casos y positiva en ciertas ocasiones, en las que el individuo se encuentra en situaciones	Nivel de estrés Factores estresores	Bajo Medio Alto La competencia con los compañeros del grupo. La sobrecarga de tareas y trabajos escolares. La personalidad y el carácter del profesor.	% Escala de Lickert nunca 1, rara vez 2, algunas veces 3, casi siempre 4 y siempre 5.

	<p>amenazantes que alteren el equilibrio físico, conductual y psicológico del individuo.</p>	<p>Manifestación del estrés</p>	<p>Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc).</p> <p>El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc).</p> <p>El no entender los temas que se abordan en la clase.</p> <p>La participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc).</p> <p>El tiempo limitado para hacer el trabajo.</p> <p>Físicas Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).</p> <p>Fatiga crónica (cansancio permanente).</p> <p>Dolores de cabeza o migraña.</p> <p>Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.</p> <p>Rascarse, morderse la uñas, frotarse, etc.</p> <p>Somnolencia o mayor necesidad de dormir.</p>	<p>Escala de Lickert nunca 1, rara vez 2, algunas veces 3, casi siempre 4 y siempre 5.</p>
--	--	---------------------------------	--	--

			<p>Psicológicas Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).</p> <p>Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).</p> <p>Ansiedad, angustia o depresión.</p> <p>Problemas de concentración.</p> <p>Sentimiento de agresividad o aumento de la irritabilidad.</p> <p>Conductuales Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.</p> <p>Aislamiento de los demás.</p> <p>Desgano para realizar las labores escolares.</p> <p>Aumento o reducción de consumo de alimentos.</p>	<p>Escala de Lickert nunca 1, rara vez 2, algunas veces 3, casi siempre 4 y siempre 5.</p>
Desempeño Académico	Es la forma en la cual el individuo pone en	Evaluación del desempeño /	Excelente Bueno Regular Insuficiente	Porciento

	<p>práctica las capacidades que ha adquirido a lo largo de su desarrollo pedagógico, va más allá de un sistema de evaluación continua, el desempeño que realiza un estudiante está asociado a la competencia en el progreso de una actividad escolar.</p>	<p>rendimiento académico</p> <p>Participación en Actividades extracurriculares</p>	<p>Congresos Seminarios Casas abiertas Proyectos científicos Campeonato de deportes</p>	<p>SI/ NO Por ciento</p>
--	---	--	---	------------------------------

CAPÍTULO III

3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Método de investigación

Empleando el método inductivo, a partir del análisis de los hechos particulares evidenciados en el transcurso de la investigación, tomando como base la hipótesis planteada nos permitirá formular conclusiones generales.

Además, se implementó el método histórico-lógico, ya que en la investigación se tomaron como pautas, hechos o acontecimientos realizados por otros investigadores, relacionadas con la problemática y basado en datos veraces.

3.2. Modalidad de la investigación

El método que se implementó en la investigación tuvo un enfoque mixto “cualitativa -cuantitativa”. Cuantitativa ya que se utilizó una serie de cálculos y fórmulas estadísticas en la obtención de datos significativos en relación a la resolución de la problemática y cualitativa ya que se recolectó información mediante la exploración de aspectos, como cualidades o características de diversos fenómenos dentro de la investigación.

3.3. Tipo de investigación

Se aplica investigación de tipo; **descriptiva** porque se detallan las situaciones reales, la influencia del estrés sobre el desempeño académico, los factores estresores, las manifestaciones clínicas en dichos estudiantes, de **campo** porque se lleva a cabo con los estudiantes de primer semestre de la carrera de enfermería, de la Universidad Técnica de Babahoyo y **transversal**

porque se realiza en un tiempo específico y determinado Agosto 2018 a Febrero 2019.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de la Información

3.4.1. Técnicas

Encuesta.

Tomando como referente el inventario SISCO creado por Arturo Barraza Macías en el 2006, en su trabajo “un modelo conceptual para el estudio del estrés académico, el cual permite medir el nivel de estrés académico en los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería de la Universidad Técnica de Babahoyo.

Observación científica directa.

Se emplea la observación estructurada o sistemática, la cual consistirá en observar el hecho o suceso, con el propósito de recoger y registrar datos concretos, que guarden correlación para su posterior interpretación. El cual va a permitir generar información concreta para el análisis del promedio general de los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería de la Universidad Técnica de Babahoyo.

3.4.2. Instrumentos

Cuestionario.

Orientado a recolección de datos como cualidades características del estrés que suelen acompañar a los estudiantes de educación superior.

Ficha de observación.

Orientado a la recolección de datos sobre el desempeño académico de los estudiantes, por medio de los promedios semestrales.

3.5. Población y Muestra de Investigación

3.5.1. Población

La población estuvo constituida por 83 estudiantes de la carrera de enfermería que se encontraron legalmente matriculados en primer semestre de la mencionada carrera de la Universidad Técnica de Babahoyo, de la provincia de los Ríos, durante el periodo Agosto 2018 – Febrero 2019.

3.5.2. Muestra

La muestra de estudio se determinó por muestreo no probabilístico de tipo incidental o casual, en el cual 81 de un total de 83 estudiantes de la carrera de enfermería que se encontraron legalmente matriculados en primer semestre, formaron parte de la muestra y así se obtuvo el mayor grado de confiabilidad.

Teniendo como referencia una muestra pequeña se usaron criterios de inclusión y exclusión.

Criterios de inclusión

- Estudiantes legalmente matriculados en la Universidad Técnica de Babahoyo.
- Estudiantes de la carrera de enfermería.
- Estudiantes de primer semestre en enfermería
- Estudiantes que estén repitiendo el primer semestre

Criterios de exclusión

- Estudiantes que se rehúsan a participar en la investigación.
- Estudiantes donde evidencie el consumo de sustancias psicoactivas.
- Estudiantes que no asistan el día de la encuesta.
- Estudiantes retirados.

3.6. Cronograma del proyecto

Tabla 2. Cronograma del proyecto

N°	Meses Sema	Octubre				Noviembre				Diciembre				Enero				Febrero				Marzo				Abril			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Elección del tema	■	■																										
2	Recopilación de información		■	■	■	■																							
3	Asignación de docente tutor						■																						
4	Elaboración de perfil						■	■	■																				
5	Aprobación del tema									■																			
6	Presentación del perfil de proyecto de investigación									■																			
7	Desarrollo del capítulo I										■																		
8	Desarrollo del capítulo II											■																	
9	Desarrollo del capítulo III												■	■															
10	Sustentación de la segunda etapa														■	■													
11	Aplicación de las encuesta															■													
12	Tamización de la información																■	■	■	■	■								
13	Desarrollo del capítulo IV																				■	■	■	■					
14	Presentación final de tesis																								■				
15	Sustentación del informe final																											■	

3.7. Recursos

3.7.1. Recursos humanos

Tabla 3. Recursos humanos

Recursos humanos:	Nombres
Investigadores	<ul style="list-style-type: none">• Tania Jamileth Fajardo Parra• Denny German Cerezo Rendón
Tutor del proyecto de investigación	Lic. Elsa María Bernal Martínez MSC.
Estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería de la UTB.	Nombres reservados

3.7.2. Recursos económicos

Tabla 4. Recursos económicos

Recursos económicos	Total
Seminario de tesis	10.00
Internet	5.00
Primer material escrito en borrador	10.00
Impresiones de I,II y III etapa	30.00
Elaboración de encuestas	5.00
Material de escritorio	5.00
Alimentación	15.00
Movilización y transporte	20.00
Total	100.00

3.8. Plan de tabulación y análisis

La recopilación de datos por medio de la encuesta establecida como el inventario SISCO, estandarizada a nivel mundial y empleada en diversas investigaciones para medir el nivel de estrés, además se utilizó una ficha de observación indirecta realizada para obtener datos relevantes como el

promedio general de los estudiantes, la participación en actividades extracurriculares de los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería, se emplea el programa informático Excel, para la tabulación, resultado y análisis de dichos datos.

3.8.1. Base de datos

Se utiliza el programa informático de Microsoft office como es Excel para la automatización de los datos.

3.8.2. Procesamiento y análisis de datos

El procesamiento de datos se lleva a cabo en el programa office Excel 2013, utilizando tablas, gráficas para una mejor representación y análisis posterior de datos. Para la comprobación de la hipótesis se utilizó el método estadístico de Chi-cuadrado y la correlación de Pearson.

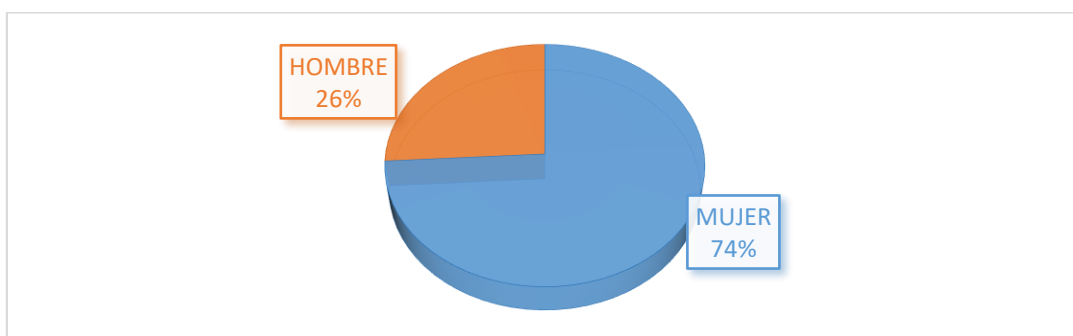
CAPÍTULO IV

4. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. Resultados obtenidos de la investigación

En la presente investigación se trabajó con una muestra 81 estudiantes de una población total de 83, debido dos estudiantes se retiraron de la carrera, lo que se contempló dentro de los criterios de exclusión, el análisis de los datos permitió evidenciar como el estrés influye de manera significativa en el desempeño de los estudiantes universitarios, lo que conlleva a un nivel de desempeño académico, que no permite alcanzar la excelencia.

Gráfico 1. Distribución por género



Fuente: Encuesta. Inventario Sisco aplicado a los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería.

En el presente gráfico se refleja que de un total de 81 estudiantes que están legalmente matriculados y promovidos del primer semestre de la carrera de enfermería de la Universidad Técnica de Babahoyo, el **74%(60)** corresponden al sexo femenino, lo que podría estar influenciado por el rol de cuidadora que la mujer ha asumido históricamente en la sociedad y la demanda por la preferencia de la carrera, mientras que solo el **26%(21)** equivale al sexo masculino.

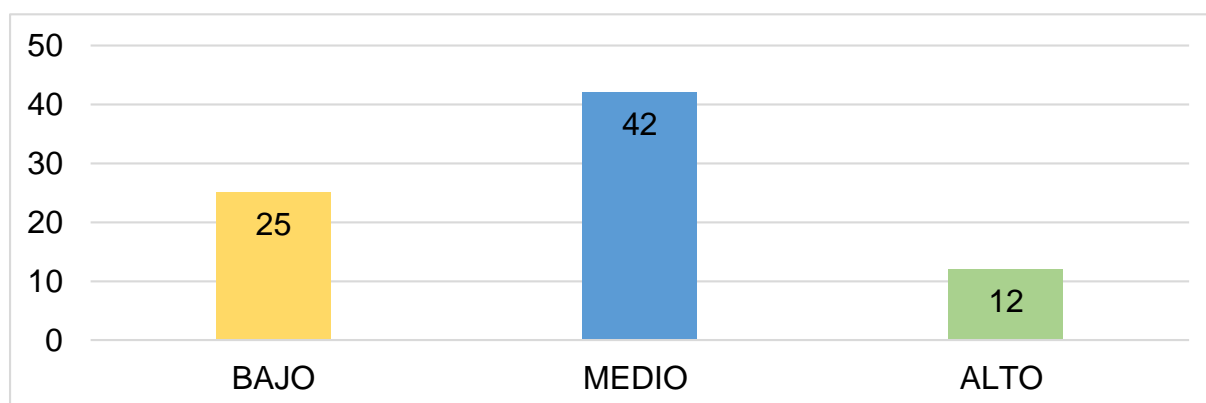
Tabla 5. Manifestaciones de preocupación o nerviosismo

Categoría	N	%
SI	79	98
NO	2	2
TOTAL	81	100,00

Fuente: Encuesta. Inventario Sisco aplicado a los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería.

Se evidenció que del total de 81 estudiantes de la carrera de enfermería que contemplaron el estudio el **98% (79)**, que respondieron de manera afirmativa, mientras que el **2%**, negaron haber tenido momentos de preocupación o nerviosismo, siendo para estos últimos como instrucción del inventario SISCO dar por concluido el cuestionario y los que respondieron si pueden continuar con la segunda etapa.

Gráfico 2. Nivel de estrés



Fuente: Encuesta. Inventario Sisco aplicado a los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería.

Como se puede apreciar en el gráfico, en los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre, el nivel de estrés que más incide en ellos, es el medio **53% (42)**, le sigue el nivel bajo **32% (25)**, mientras que el nivel que menos se manifiesta es el alto con **15% (12)** estudiantes.

Gráfico 3.Situaciones Estresantes



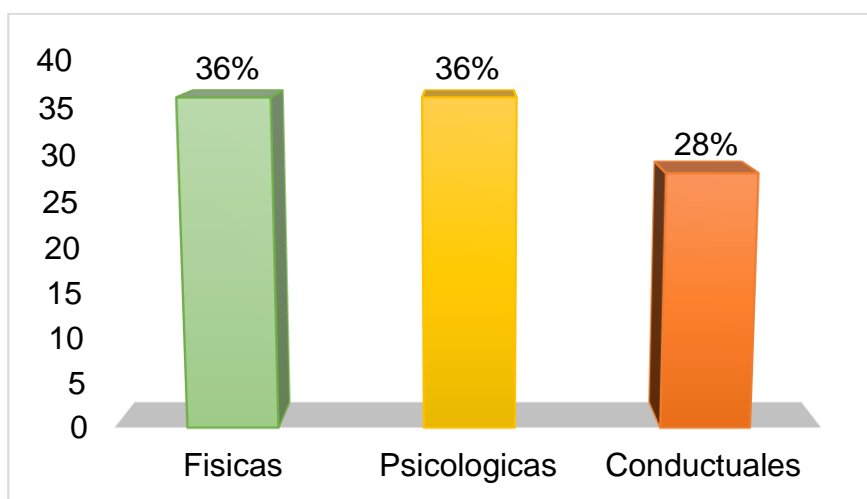
Fuente: Encuesta. Inventario Sisco aplicado a los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería.

Los principales estresores identificados por los estudiantes, como se plantean en la gráfica, son:

- La sobrecarga de tareas y trabajos académicos. Obsérvese que un 32.06% de los alumnos lo identifican casi siempre o siempre.
- El tiempo limitado para hacer el trabajo que piden los docentes. Obsérvese que un 30.9% de los alumnos lo identifican casi siempre o siempre.
- El tipo de trabajo que te piden los profesores. Obsérvese que un 29.2% de los alumnos lo identifican casi siempre o siempre.

Y el que en menor porcentaje influencio fue: la personalidad y carácter del profesor Obsérvese que un 22.7% de los alumnos lo identifican casi siempre o siempre.

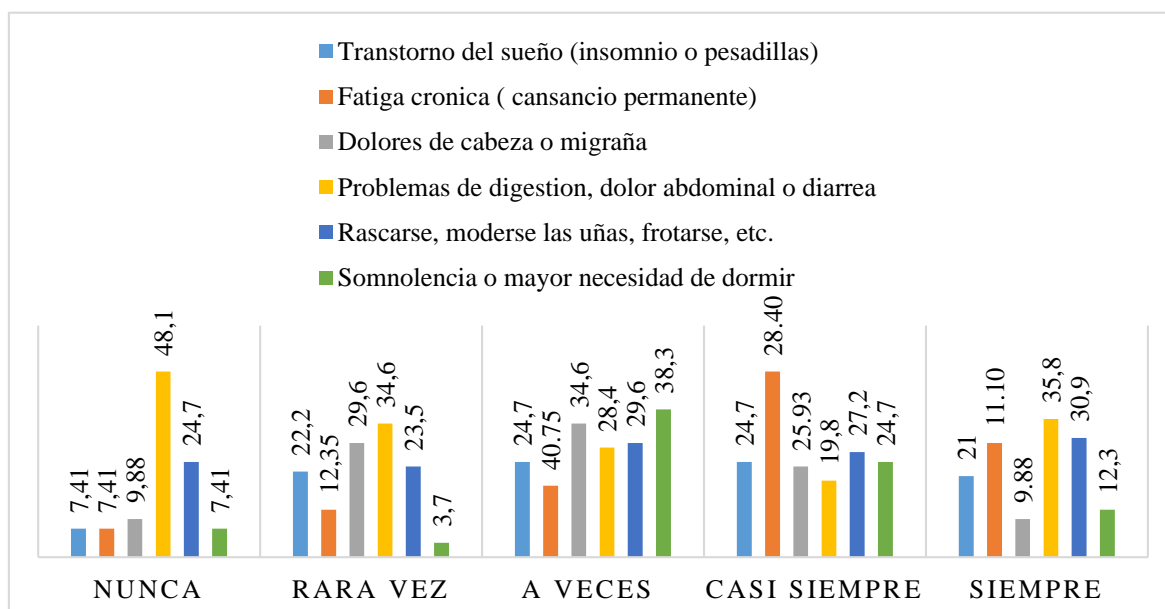
Gráfico 4. Manifestación del estrés



Fuente: Encuesta. Inventario Sisco aplicado a los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería.

En la siguiente gráfica se muestra que las manifestaciones que más predominan en los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre son las físicas y las psicológicas con un 36% mientras que las conductuales son las que menos afectan a dichos estudiantes con un (28%).

Gráfico 5. Reacciones Físicas



Fuente: Encuesta. Inventario Sisco aplicado a los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería.

Como se evidencia en el grafico las reacciones físicas que sobresalen son:

- La somnolencia o mayor necesidad de dormir. Se observa que el 25.1% de los estudiantes identifican tenerlo casi siempre o siempre.
- Los trastornos del sueño como (insomnio o pesadillas. Se observa que el 23.5% de los estudiantes identifican tenerlo casi siempre o siempre.

Y la reacción que menos porcentaje se presenta: son los problemas digestión, dolor abdominal o diarrea. Se observa en el 4.9% de los estudiantes.

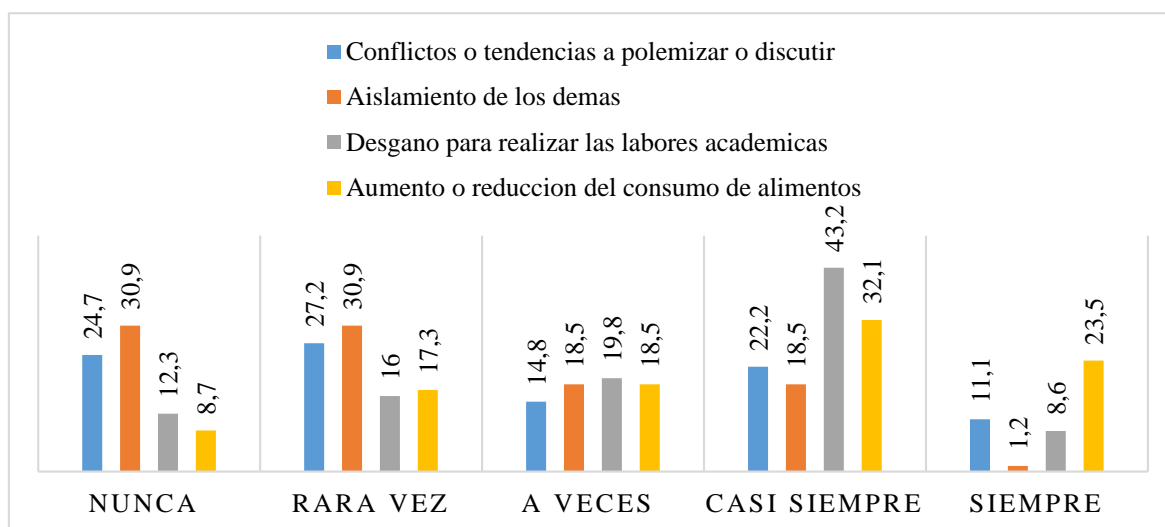
Tabla 6. Reacciones Psicológicas

CARACTERISTICAS	NUNCA		RARA VEZ		A VECES		CASI SIEMPRE		SIEMPRE	
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	3	3,70	10	12,35	21	25,93	33	40,74	14	17,28
Sentimiento de depresión y tristeza (decaído)	8	9,88	25	30,86	21	25,93	22	27,16	5	6,17
Ansiedad, angustia o desesperación	6	7,41	21	25,93	28	34,57	22	27,16	4	4,94
Problemas de concentración	7	8,64	14	17,28	23	28,40	26	32,10	11	13,58
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	11	13,58	16	19,75	18	22,22	28	34,57	8	9,88

Fuente: Encuesta. Inventario Sisco aplicado a los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería.

Los datos muestran que las reacciones psicológicas en mayor porcentaje recaen en: la inquietud (incapacidad para relajarse y estar tranquilo). Se presentó en un 58% de los alumnos que los experimentan casi siempre o siempre. Mientras la que menos se presenta en los estudiantes es la ansiedad, angustia o desesperación en un 32,1% en la escala casi siempre o siempre.

Gráfico 6. Reacciones conductuales



Fuente: Encuesta. Inventario Sisco aplicado a los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería.

Los resultados demuestran que las reacciones conductuales que más se evidencian en los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre son:

- El aumento o reducción del consumo de alimentos, observado en un 24.7% de los alumnos que identifican tenerlo en casi siempre o siempre.
- El desgano para realizar las labores académicas, observado en un 23.8% de los alumnos que identifican tenerlo en casi siempre o siempre.

La que menos se presentó fue aislamiento de los demás, observado en un 12,7% de los alumnos en la escala de casi siempre o siempre.

Tabla 7. Nivel de rendimiento académico

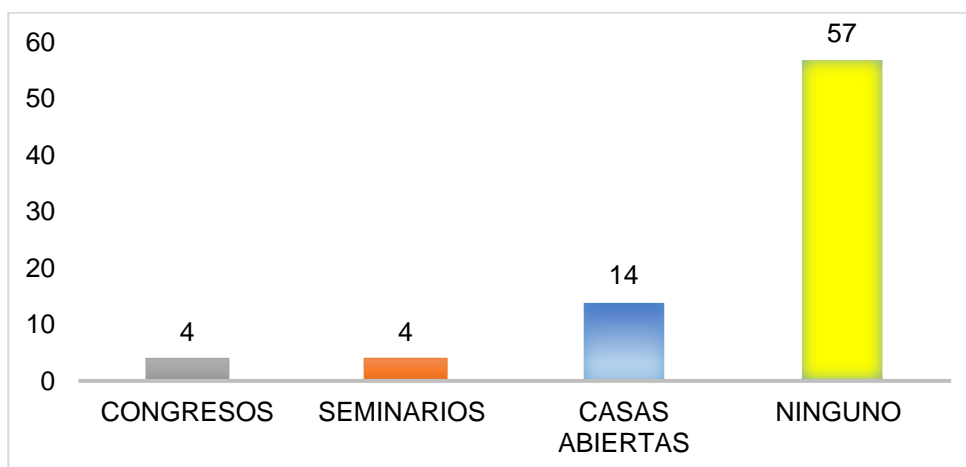
NIVEL DE RENDIMIENTO ACADEMICO							
NIVEL DE ESTRÉS		EXCELENTE		BUENO		TOTAL	
	BAJO	23	29,11	2	2,53	23	31,64
	MEDIO	10	12,66	32	40,51	42	53,17
	ALTO	0	0	12	15,19	12	15,19
	TOTAL	33	41,77	46	58,23	79	100

Fuente: Encuesta. Inventario Sisco aplicado a los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería.

En la presente tabla, se observa que el nivel de estrés con relación al desempeño académico BUENO 58.23% (46), el mayor porcentaje 40.51% (32) tiene estrés medio y el menor porcentaje 2.53% (2) tienen estrés bajo. Mientras que en el grupo con desempeño académico EXCELENTE, el mayor porcentaje 29.11% (23) tienen estrés bajo y el menor porcentaje 12.66% (10) tienen estrés medio.

Al realizar el análisis estadístico para determinar la correlación entre las variables, se encontró un $X_o^2 = 40.18$, la cual es mayor a la tabla crítica ($X_c^2 = 9.48$), G.L=6 y $\alpha = 0.05$, lo cual permitió aceptar la hipótesis de investigación, "El desempeño académico de los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo, se encuentra influenciado por muchos factores dentro de ellos, el que más afecta es el estrés." Es decir que si existe asociación estadística significativa entre las dos variables.

Gráfico 7. Participación en actividades extracurriculares



Fuente: Tesis de Licenciatura en Enfermería. Fajardo, T., Cerezo, D.

En el gráfico 7, se observa que de 79 estudiantes que realizan actividades extracurriculares de los cuales, en el que más participantes existe es la casa abierta con 14, en menor participación están los congresos y seminarios 4 cada uno y no obstante la mayor concentración de estudiantes 57 aduce que no participan en ninguna de las categorías antes mencionadas, es decir que se atribuye el signo de “aislamiento social al estrés”.

4.2. Análisis e interpretación de los resultados

Los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería se encuentran expuestos a un sin número de retos y exigencias los cuales se presentan como potenciales situaciones estresores en el diario vivir dentro de ámbitos, sociales, económicos y académicos, lo que demanda una mayor atención en la resolución de problemas. El objetivo de la presente investigación fue identificar de qué manera el estrés influye en el desempeño académico de los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo.

El trabajo de investigación fue realizado con 83 estudiantes que corresponden a los paralelos A (29 estudiantes), B (24 estudiantes), y C (30 estudiantes), del primer semestre de la carrera de enfermería de la

Universidad Técnica de Babahoyo, los cuales fueron seleccionados por muestreo no probabilístico de tipo incidental o causal, dentro de los cuales se establecieron criterios de inclusión y exclusión.

Haciendo referencia a lo expuesto, en cuanto al nivel de estrés que manifiestan los estudiantes, se encontró que del 98% (79) estudiantes, el que más incidencia presenta en los estudiantes es el estrés medio 53% (42), de los cuales manifiestan con frecuencia de hasta 4 o más de los ítems de situaciones estresores encontradas en el Test de Estrés como sobrecarga de trabajos (32.10%), tiempo limitado (30.86%), el tipo de trabajo (29.22%), las evaluaciones (27.98%).

Es importante mencionar que estos resultados son similares a lo reportado por Vallejo (2011) al haber obtenido que el 80.6% de estudiantes se encontraban en el nivel de estrés moderado (medio), debido a la sobrecarga de trabajos, tiempo limitado, el tipo de trabajo, las evaluaciones.

Por otro lado se obtuvo que del 98% (79) estudiantes, presentaron un nivel de estrés medio 53% (42) siendo este el mayor porcentaje según las reacciones físicas como somnolencia o mayor necesidad de dormir (29.63%), cansancio permanente (26.75%), insomnios o pesadillas (23.46%), y reacciones psicológicas como inquietud (27.98%), problemas de concentración (24.69%).

Este hallazgo es compatible con lo propuesto por Del Risco, M., Gómez, D. y Hurtado, F. (2015) cuando indica que en su estudio encontró que del total de 120 estudiantes de ambos sexos de 18 años o más presentaban un cuadro de estrés medio 53.3% (64) estudiantes, manifestado reacciones físicas como somnolencia, cansancio permanente insomnios o pesadillas y reacciones psicológicas como inquietud, problemas de concentración.

Con respecto al desempeño académico se encontró que del 100% (79) estudiantes, el 58.23% (46) corresponde al nivel de desempeño bueno y

41.77% (33) al nivel de desempeño excelente, no obstante aunque el estrés afecta en el correcto desempeño de los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería, ellos se mantiene en nivel de rendimiento bueno cuyo promedio oscila entre (7.5 a 8.99). Este hallazgo es compatible en el estudio de Del Risco, M., Gómez, D. y Hurtado, F. (2015), en el cual el 57.5% (69) estudiantes el rendimiento académico es bueno.

Al realizar el análisis bivariado se obtuvieron datos estadísticamente significativos $\alpha=0.05$, lo cual permitió aceptar la hipótesis de investigación; es decir, que existe asociación entre el estrés y el desempeño académico, estos resultados son similares a la Hernández (2011), quien encontró asociación estadística significativa entre el nivel de estrés y el desempeño académico ($p<0.05$); y por Del Risco, M., Gómez, D. y Hurtado, F. (2015), al aplicar una prueba no paramétrica de distribución libre Chi cuadrado obtuvieron resultados estadísticos significativos $p=0.003$, demostrando así que el estrés influye en el rendimiento académico durante la vida universitaria.

Una vez finalizado el análisis e interpretación de los datos, se ha establecido la asociación estadística entre las variables en estudio como el estrés y el desempeño académico de los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo, es fundamental que las autoridades, docentes implementen estrategias de prevención y afrontamiento al estrés impulsando actividades recreacionales y deportivas las cuales permitan que los estudiantes se relajen y realicen de manera efectiva sus labores académicas.

4.3. Conclusiones

En la presente investigación elaborada en el periodo Agosto 2018-Febrero 2019, en la Universidad Técnica de Babahoyo en los estudiantes del primer semestre, se demostró:

1. El sexo femenino es el más comprometido debido al mayor número de mujeres que optan por la carrera, como se evidencia en la presente investigación un 74% a diferencias de los varones que solo representan el 26%. En 79 estudiantes se confirmó la presencia de estrés gracias al instrumento utilizado.
2. De la misma manera se evidencia que los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería se encuentran clasificados dentro del estrés medio 53%, porque los mismos presentan una frecuencia de situaciones estresantes (como sobrecarga de trabajos (32.10%), tiempo limitado (30.86%), el tipo de trabajo (29.22%), las evaluaciones (27.98%)), y a su vez manifiestan reacciones físicas (como somnolencia (29.63%), cansancio permanente (26.75%), insomnios o pesadillas (23.46%)), y reacciones psicológicas (como inquietud (27.98%), problemas de concentración (24.69%)).
3. El estrés si influye de manera significativa en el desempeño académico donde del 98% (79) estudiantes, el que más incidencia presenta en los estudiantes es el estrés medio 53% (42), el 58.23% (46) corresponde al nivel de desempeño bueno, al realizar el análisis inferencial se obtuvo resultados estadísticamente significativos $r=0.81$, lo cual permitió aceptar la hipótesis de investigación.
4. Además de los 79 estudiantes 57, optan por no participar en ninguna actividad lo que se asocia al “aislamiento social” esto haciendo referencia a un síntoma propio del estrés.

4.4. Recomendaciones

1. Las instituciones de educación superior del Ecuador deben impulsar investigaciones referentes al tema ya que cada vez este aflora más en la sociedad, además de ser una de los campos de investigación en salud.
2. Aplicar el test del inventario Sisco en otras carreras ofertadas por la universidad técnica de Babahoyo, para identificar los niveles de estrés en estas y así aplicar medidas correctivas, ya que este tiene Validez 87% y confiabilidad 90%.
3. Dentro de la universidad se recomienda realizar un test de estrés laboral a los docentes ya que este, no es problema exclusivamente de estudiantes, sino que puede afectar a cualquier persona dentro de nuestra sociedad además que estos están expuestos a una serie de factores como la sobrecarga laboral.
4. Incentivar a la participación activa de los estudiantes en juegos deportivos que incluyan diversidad de deportes, en la cual todos puedan formar parte, ya el deporte fomenta una buena salud, aumenta la energía y ayuda disminuir los niveles de estrés.
5. Realizar la socialización en asociación con la coordinación de directivos, docentes y estudiantes a nivel de toda la Universidad Técnica de Babahoyo sobre los talleres de técnicas para reducir los niveles de estrés y mejorar el desempeño académico, que se presentó como propuesta en este proyecto.

CAPÍTULO V

5. PROPUESTA TEÓRICA DE APLICACIÓN

5.1. Título de la Propuesta de Aplicación

Taller de Técnicas de relajación para reducir los niveles de estrés y mejorar el desempeño académico de los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo.”

5.2. Antecedentes

El estrés es considerado la enfermedad del siglo XXI, la cual no solo afecta la salud física sino psicológica del individuo y de las personas que lo rodean. A nivel mundial se lo concibe como una de las causas que interfieren en la calidad del aprendizaje académico.

El estrés es la respuesta natural que se genera en el cuerpo ante situaciones amenazadoras y desafiantes y que afecta la salud física y mental del individuo, conllevando a cambios de comportamiento, provocando como consecuencia una disminución en su rendimiento laboral y en la formación académica. El estrés se ha convertido en un tema de investigación tanto psicológico, fisiológico y laboral, debido primordialmente a que las condiciones ambientales, sociales, laborales y personales afectan las situaciones de vida.

En un mundo globalizado, los altos índices de desempleo, la inestabilidad económica, los problemas familiares y laborales, llevan a los adolescentes a enfrentar situaciones de estrés. Todo ser humano puede padecer de estrés cuando tiene una demanda adicional bioquímica, emocional y física; Si la respuesta del estrés se alarga en el tiempo; la salud, el desempeño laboral y académico se ven afectados. (Barreto, 2018)

Además se conciben muchas investigaciones a nivel mundial de los efectos que conlleva el estrés sobre el desempeño académico de los estudiantes universitarios destacando a Hernández, G. y Maeda, K. (2014) que reflejo que existen niveles altos de estrés académico en los universitarios con un (45,28%) de un total de 254 estudiantes.

En la actualidad existen varias plataformas virtuales, profesionales en el campo de la salud mental que explican detalladamente todo lo relacionado con el estrés como por ejemplo los cursos de autoaprendizaje de la OMS/OPS. Sin embargo aún hay mucha desinformación de las consecuencias que atrae el estrés en los estudiantes sobre su salud y la forma que interfiere en su desempeño académico.

5.3. Justificación

El estrés es una problemática que está en incremento en nuestro medio y que va creciendo junto a la sociedad, sumando problemas de salud, sociales y llegando hasta el punto económico.

Luego de la recolección de datos y el posterior análisis de la presente investigación se encontró que la sobrecarga de tareas académicas, el tiempo limitado para realizar los trabajos y los tipos de trabajos que pide cada docente conllevan a la aparición de una serie de reacciones físicas, psicológicas y conductuales en los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la universidad técnica de Babahoyo, además es primordial que se brinde total atención a cada necesidad que se presenta durante el transcurso del proceso enseñanza – aprendizaje por ello se implementará una serie de técnicas para poder reducir los niveles de estrés y así poder lograr mejorar el desempeño académico de los mismos.

5.4. Objetivos

5.4.1. Objetivo General

Disminuir los niveles de estrés y mejorar el desempeño académico en los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería de la universidad técnica de Babahoyo con la implementación de técnicas de relajación.

Objetivos Específicos

- ❖ Concientizar a los estudiantes sobre los principales factores y causas que desencadenan el estrés, así como los mecanismos de compensación.

- ❖ Aplicar las técnicas de relajación para la reducción de los niveles de estrés de los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo.

- ❖ Realizar un seguimiento a los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería para verificar si se obtuvieron los resultados esperados.

5.5. Aspectos básicos de la Propuesta de Aplicación

- ◆ La técnica de reducción de los niveles de estrés y mejoramiento del desempeño académico se realizará en la Universidad Técnica de Babahoyo. El tiempo estimado de la propuesta Enero del año 2019, 3 días a la semana, preferiblemente Lunes, Miércoles y Viernes.

- ◆ Dirigido a los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la mencionada institución académica.

- ♦ Las personas en calidad de actores para llevar a cabo este programa serán:
 - Los investigadores del presente proyecto investigativo.
 - Los docentes tanto doctores como licenciadas en enfermería que tienen contacto con los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre.

La evaluación está enfocada en verificar bimestralmente que se sigan aplicando las técnicas de relajación, en reevaluar a los estudiantes con el inventario Sisco para identificar que los niveles de estrés han disminuido y al finalizar el periodo académico se revaluara al desempeño académico en los estudiantes si lograron alcanzar la excelencia. Para así poder determinar si los niveles de estrés disminuyeron y el desempeño académico paso a la excelencia.

5.5.1. Estructura general de la propuesta

Tabla 8. Estructura de la propuesta

Semana 1			Lugar: salón de clases	
Día	Actividad	Indicador de logro	Instrumento de verificación y evaluación	Responsables
Lunes	Realizar un breve resumen de “que es el estrés académico y sus tipos”. Mencionar cuales son los principales factores estresores a los que se ven expuestos.	Los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería lograran obtener conocimientos generales del estrés académico, los factores estresores a los que están expuestos y como	Verificar bimestralmente que se sigan aplicando las técnicas de relajación. Revaluar a los estudiantes con el inventario Sisco si los niveles de estrés han disminuido. Al finalizar el periodo académico se revaluara al desempeño académico en los estudiantes si lograron alcanzar la excelencia.	Investigadores: Jamileth Fajardo y Denny Cerezo. Docentes.
Miércoles	Brindar información de cómo reconocer los síntomas del estrés.	la sintomatología que se presenta y las reacciones que se presentan.		

	Explicar cuáles son las principales reacciones físicas, emocionales y conductuales que presentaron.			
Viernes	Explicar el significado de desempeño académico y las razones por la cual puede este variar. Exponer de qué manera él estrés influye en su desempeño académico.			

Semana 2			Lugar: salón de clases	
Día	Actividad	Indicador de logro	Instrumento de verificación	Responsables
Lunes	Se orientara al uso de la técnica del humor.	Los estudiantes del primer semestre de la		Investigadores: Jamileth Fajardo y Denny Cerezo.

Miércoles	Se orientara al uso de las técnicas de respiración.	carrera de enfermería lograran obtener conocimientos las	Verificar bimestralmente que se sigan aplicando las técnicas de relajación.	Docentes
Viernes	Se orientara al uso de la técnica de la pausa activa es decir tomar 5 minutos de descanso en clases prolongadas.	diferentes técnicas para reducir los niveles de estrés.	Revaluar a los estudiantes con el inventario Sisco si los niveles de estrés han disminuido. Al finalizar el periodo académico se revaluara al desempeño académico en los estudiantes si lograron alcanzar la excelencia.	

Semana 3			Lugar: salón de clases	
Día	Actividad	Indicador de logro	Instrumento de verificación	Responsables
Lunes	Orientar al uso de la técnica de la musicoterapia.	Los estudiantes del primer semestre de la		Investigadores: Jamileth Fajardo y Denny Cerezo.

	Se orientara al uso de la técnica de la sugestión y autosugestión.	carrera de enfermería obtendrán conocimientos la importancia de las técnicas de reducción del estrés, reconocerán cual es la técnica que más se acopla a cada uno de ellos y se evaluara	Verificar bimestralmente que se sigan aplicando las técnicas de relajación. Revaluar a los estudiantes con el inventario Sisco si los niveles de estrés han disminuido. Al finalizar el periodo académico se revaluara al desempeño académico en los estudiantes si lograron alcanzar la excelencia.	Docentes
Miércoles	Se orientara al uso de la técnica de la abrazoterapia.			
Viernes	Al finalizar se llevara a cabo una mesa redonda donde los participantes expondrán cuál de las técnicas fue de mayor utilidad para el control del estrés y se realizara un test utilizando el inventario Sisco para evaluar el nivel de estrés en estos, donde los resultados serán comparados con las notas individuales que			

	obtuvieron en el transcurso de la impartición del taller.			
--	---	--	--	--

Taller práctico a desarrollar en la semana 2

Técnica del Humor.

Cuando el buen humor desencadena la risa dice el Dr. Moody “hay un decrecimiento del tono muscular, quedando los músculos flácidos y la risa implica una liberación de tensión o de energía excesiva.” Las emociones positivas, como alegría, buen humor, optimismo, paz, entusiasmo, son denominados estados de ánimo. Se manifiestan en el cuerpo como realidades bioquímicas que generan distintas respuestas que ayudan a combatir y hasta revertir algunas enfermedades. Algunos beneficios del buen humor y la risa son:

Libera las hormonas endorfinas: cuando la glándula pituitaria recibe un estímulo generado por nuestra sonrisa voluntaria y consciente, reacciona liberando endorfinas, las que además de ser el analgésico natural del cuerpo, producen, al ser liberadas, una sensación de bienestar.

Disminuye la hormona suprarrenal cortisol: el estrés crónico provoca cambios fisiológicos adversos, mientras que la risa es su antídoto. Esta hace descender el nivel de cortisol que se produce en la sangre ante una situación de estrés. La risa y el humor son escapes al sufrimiento que resulta de la diferencia entre las aspiraciones humanas y la realidad que a uno le toca vivir. (Chazenbalk, 2006)

- Se indica que al momento de realizar exposiciones se pueden intercalar con dramatizaciones en forma humorística para que el ambiente de estudio se vuelva más activo.
- Formación de grupos donde se puedan compartir experiencias o anécdotas tanto de estudiantes como docentes, que pueden llevar a sacarles una sonrisa.

- Se aconseja que por medio de la imaginación se visualicen experiencias pasadas donde se realizaron actividades donde se incluya el humor y donde hubo una sensación de bienestar.

Técnicas de la Respiración

El Control de la respiración, lo cual ha sido reportado como un elemento indispensable para controlar situaciones estresantes en las que se generan elevados niveles de adrenalina. El adecuado control de la respiración facilita aclarar la visión sobre una situación determinada y encontrar formas de soluciones antes desconocidas. Esto aplicado al campo docente permite que el estudiante, pueda encontrar camino de solución a problemas que no son fácilmente encontrados en situaciones alarmantes. (Escobar, Herrera, & Obregón, 2019).

Hay una serie de respiraciones que se ponen en práctica ya sea al despertarnos o ante de una situación estresante.

Respiración diafragmática o abdominal

Cuando llenamos de aire la parte inferior de los pulmones, por medio de la acción del diafragma hacia la zona abdominal, permitiendo la extensión de los pulmones hacia abajo.

La técnica: tomar aire profundamente por la nariz, mientras observamos cómo la mano colocada en el vientre se alza. Se realiza una pequeña pausa y soltar el aire por la boca lentamente. Repetir esta secuencia al menos durante 5 minutos.

Respiración torácica, pectoral o intermedia:

Cuando inspiramos, agrandamos hacia adelante y hacia los lados el tórax utilizando para ello los músculos inspiradores situados en la caja torácica.

La técnica: toma el aire profundamente llevamos el aire hacia los costados del tórax. Repetir las secuencia por 5 minutos.

Respiración completa

Este tipo de respiración se consigue cuando conseguimos sumar todos los tipos mencionados anteriormente, utilizando las diferentes zonas pulmonares y consiguiendo una respiración profunda y completa. En la inspiración podemos utilizar todos los músculos inspiratorios.

La técnica: Coloca las manos como en la respiración abdominal, inspira lentamente por la nariz, lleva el aire hacia el abdomen, posteriormente a la zona de las costillas intentando que éstas se expandan y por último hacia la clavícula. Retén el aire unos segundos. Comienza la expulsión en el sentido inverso. Primero clavícula, luego las costillas y por último la zona abdominal hasta quedarse sin aire. De 2 a 3 repeticiones. (Baena & Ruiz, 2015)

Pausa activa

Las pausas activas son una serie de actividades que se realizan en un corto periodo de tiempo, donde esta va a permitir la oxigenación cerebral, relajación, aumento de la energía y concentración en los estudiantes, disminuir la tensión en el aula de clases y por ende aumentar el rendimiento escolar. Estas se realizaran en periodos de clases extensas tomando 5 minutos de esta. Esta incluye una serie de acciones como:

- Estiramientos musculares.
- Automasaje.
- Dinámicas.

Taller práctico a desarrollar en la semana 3

Técnica de la Musicoterapia

Del campo la definió “La musicoterapia es la aplicación científica del sonido, la música y el movimiento a través del entrenamiento de la escucha y la ejecución sonora, integrando así lo cognitivo, lo afectivo y lo motriz, desarrollando la conciencia y potenciando el proceso creativo.” (Del Campo, 1997).

Beneficios fisiológicos.

- Actúa sobre el sistema nervioso central y periférico; su acción se traduce en sedante, excitante, enervante. Beneficios sociales.
- Su estructura y naturaleza intrínseca tiene la capacidad de auto organizarnos interiormente y de organizar el grupo.
- Disminuye la sensación de aislamiento.

Beneficios psicológicos.

- Estimula los sentidos, evoca sentimientos y emociones así como facilita respuestas psicológicas y mentales.
- Energiza el cuerpo y la mente.
- Alivia los temores y las ansiedades.

Beneficios intelectuales.

- Desarrolla la capacidad de atención. Estimula la imaginación y la capacidad creadora.
- Desarrolla la expresión musical, la memoria.

- Mejora la memoria reciente y estimula la memoria a largo plazo. (Chalán, 2015)
- Dentro de las músicas que expertos recomiendan para relajarse y que aportan en la reducción del nivel de estrés están:
 - ✓ **Weightless** - de Marconi Union
 - ✓ **Adele** - Someone Like You
 - ✓ **Mozart** - Canzonetta Sull'aria

Aunque cada estudiante puede optar por el género y canción de su preferencia. Siguiendo las siguientes indicaciones.

- Crear un ambiente para escuchar la música.
- Evitar las interrupciones.
- Si es necesario utilizar auriculares.
- Escucha tu música 30 a 45 minutos sin interrupciones.
- Deja tu mente en blanco y solo concéntrate en la música.

En el aula de clases se pueden realizar una dinámica de 10 minutos con grupos de 4 estudiantes con la coordinación del docente, donde escogerán una canción por sorteo, la cantarán y los demás grupos deberán adivinar el tema de la canción.

Técnica de la Sugestión y Autosugestión

A través de la sugestión lo que se pretende es influenciar el subconsciente utilizando palabras, imágenes, símbolos y otro tipo de impresiones sensoriales. La sugestión es utilizada por los publicitarios, los gobernantes, la propaganda, la acción comercial y hasta la información con el fin de manipularnos sin que nos demos cuenta.

Se puede decir que la autosugestión es la implantación de una idea en sí mismo y por uno mismo. Estas son las condiciones que deben de cumplir las autosugestiones para que sean más eficaces:

El propósito de las autosugestiones se debe de circunscribir a un único objetivo.

- Las autosugestiones deben ser breves.
- Las autosugestiones deben ser afirmativas.
- Las sugerencias deben expresarse en presente.
- Las autosugestiones deben ir acompañadas de imágenes.
- Las autosugestiones deben movilizar emociones. (Charro, 2017)

Las frases de sugestión y autogestión que son de utilidad en estudiantes y que se deben poner en práctica son, además estas deben repetirse una y otra vez ya sea en la mente o en voz alta:

- El fracaso es la clave del éxito; cada error nos enseña algo.
- Voy a ser capaz, ya lo eh hecho otras veces.
- No he fracasado eh encontrado 10.000 maneras en la que esto funcione.
- El fracaso no es una opción, todo el mundo tiene que triunfar.
- Aprenderé a tener costumbres sanas.

Técnica de la Abrazoterapia

La abrazoterapia es una forma de intervención social que fomenta abrirnos a una nueva manera de comunicación con los demás, de modo que

la abrazoterapia favorece tanto las relaciones con los demás así como también con nosotros mismos. La abrazoterapia surgió como una herramienta que emplea el contacto con otros ya que este contacto es considerado una necesidad, de acuerdo a varios estudios se ha comprobado que la estimulación a través de este tipo de contacto es esencial para el bienestar emocional y por consiguiente también tiene repercusiones positivas en el bienestar físico. (Miranda, 2015)

Beneficios de la abrazoterapia:

- Desarrollo de las capacidades intelectuales.
- Fortalece la autoestima.
- Bienestar emocional.
- Alivia las tensiones.

Los estudiantes deberán reunirse en pareja y le dirán a la otra persona cosas positivas sobre su persona y viceversa luego procederán a darle un abrazo por 2 minutos.

Este proceso lo pueden realizar en el hogar con familiares, amigos u otras personas.

5.5.2. Componentes

Tabla 9. Componentes de la propuesta

Contexto	Actores	Forma de Evaluar	Responsables
<p>Taller de Técnicas de relajación para reducir los niveles de estrés y mejorar el desempeño académico de los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo.”</p>	<p>Los Investigadores del proyecto de investigación. Docentes Y estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería de la Universidad Técnica De Babahoyo</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Verificar bimestralmente que se sigan aplicando las técnicas de relajación. ✓ Reevaluar a los estudiantes con el inventario Sisco si los niveles de estrés han disminuido. ✓ Al finalizar el periodo académico se revaluara al desempeño académico en los estudiantes si lograron alcanzar la excelencia. 	<p>Docentes Y estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería de la Universidad Técnica De Babahoyo</p>

5.6. Resultados esperados de la Propuesta de Aplicación

5.6.1. Alcance de la alternativa

Se procedió a implementar diversas técnicas en base al estudio sobre **EL ESTRÉS Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO ACADEMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERIA DEL PRIMER SEMETRE DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO. AGOSTO 2018 - FEBRERO 2019**. El mismo que ha conllevado esfuerzo, tiempo y dedicación, ya que a lo largo de la investigación para analizar la problemática se ha tenido que evidenciar las manifestaciones del estrés en los antes mencionados estudiantes. Ha sido gran apoyo el respaldo continuo de la directora de tesis la cual ha brindado conocimientos para que se realice la investigación sin contratiempos.

Se trata que los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la antes mencionada institución de educación superior alcancen un óptimo desempeño académico, al mismo tiempo que reconozcan los factores estresores, para que de esta manera mantengan un buen estado de salud física y mental lo que conlleve una mejor calidad de vida.

Durante la evaluación de resultados posterior a cada actividad frente al estrés los 81 estudiantes, logran reconocer de manera favorable factores estresores que impiden un eficiente rendimiento y aplican las diferentes técnicas de relajación, al evaluarlos nos indica que se disminuyeron los niveles de estrés y mejoraron su desempeño académico.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Álvarez, L. A., Gallegos, R. M., & Herrera, P. S. (2017). *Estrés académico en estudiantes de Tecnología Superior*. Universitas.
2. Baena, A., & Ruiz, P. (2015). *La relajación y el control de la respiración en la educación física escolar*. Trances.
3. Barraza. (2010). *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico*. *Revista Psicología Científica.com*. Obtenido de <http://www.psicologiacientífica.com/sisco-propiedades-psicométrica>
4. Barreto, P. E. (2018). *Estrés en el adolescente y el desarrollo emocional de los estudiantes de la unidad educativa la Maná*. Quevedo.
5. Bedoya, F., Matos, L., & Zelaya, E. (2014). "Niveles de estrés académico, manifestaciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima". *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 77(4), 262-270.
6. Benjamin, S. (2006). *El Estrés*. México D.F.: Publicaciones CRuz O. S.A.
7. Bustos, E. (2015). *¿Es posible evitar el estrés?: motivos y estrategias para pasar de lo urgente a lo importante ARGENTINA*. Argentina: SB Editorial.
8. Caldera, J. F., & Pulido, B. E. (2007). *Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos*.
9. Casuso, J. (2011). *Estudio del Estrés, compromiso y rendimiento académico en estudiantes universitarios de ciencias de salud*. Universidad de Málaga : Tesis doctoral .

10. Chalán, G. G. (2015). *La musicoterapia como técnica terapéutica en el desarrollo psicomotriz de las niñas y niños de 4 a 5 años de edad, de la unidad educativa anexa a la Universidad Nacional de Loja, de la ciudad de Loja. Periodo 2014. (Tesis pregrado)*. Loja.
11. Charro, C. (2017). *Sugestión y autosugestión*. Obtenido de <https://cursodinamicamental.org/wp-content/uploads/2017/03/sugestionyautosugestion.pdf>
12. Chazenbalk, L. (2006). *El valor del humor en el proceso psicoterapéutico*. *Dialnet*, 75. Obtenido de <https://cursodialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5645391.pdf>
13. Chepe, H., Guerrero, S., & Maeda Diez, K. (2014). *Estrés en estudiantes universitarios de la Universidad Privada "Juan Mejía Baca" semestre académico 2014-II*.
14. Córdova, D., & Irigoyen Mogro, E. (2015). *Estrés y su asociación en el rendimiento académico en los estudiantes de la facultad de medicina desde primero a octavo nivel de la PUCE, sede Quito en el periodo correspondiente de Enero a Mayo 2015*. Quito: Bachelor's thesis, PUCE.
15. De Dios, M., Varela, I., Braschi, L., & Sánchez, E. (2017). *Estres en estdiantes de enfermeria*. *Educación Médica Superior*, 31(3), 110-123.
16. Del Campo, P. (1997). *La música como proceso humano*. Málaga, España: Amaru, Salamanca.
17. Del Risco, M. (2015). *Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de enfermería Universidad Nacional de la Amazonía Peruana 2015 (Doctoral dissertation, Tesis de pregrado)*. Perú .

18. Escobar, Z. E., Herrera, C. S., & Obregón, V. I. (2019). *Enseñanza del Yoga como técnica para disminuir los niveles de estrés en estudiantes de pregrado de la facultad de Salud Pública*. Rev Cubana de Reumatolo, 5-6. Obtenido de <http://www.revreumatologia.sld.cu/index.php/reumatologia/article/view/685>
19. Fernández, Y. O. (2011). *VARIABLES ACADÉMICAS QUE INFLUYEN EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS*. . Investigación educativa, 15(27), 165-180.
20. Garbanzo Vargas, G. (31 de Junio de 2007). *Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior*. Educación, 31(1).
21. Garbanzo, M. (2008). *Factores asociados al rendimiento académico. 1era Edición*. San José . Costa Rica: Orbe.
22. Garcia Guerrero, A. (2011). *Efectos del estrés percibido y las estrategias de aprendizajes cognitivas en el rendimiento académico de estdiantes universitarios noveles de ciencias de la salud*. Málaga: tesis doctoral.
23. García, A., & Escalera, M. (2009). *El estrés académico ¿Una consecuencia de las reformas educativas del nivel medio superior?* Obtenido de <http://www.mediagraphic.cpm/pdfs/epsicologia/epi-2011/epi113j.pdf>
24. Garza, N. (2013). *Factores determinantes para el desempeño académico de los estudiantes*. España. Obtenido de http://factorespararendimientoedu.blogspot.pe /2013_03_01 archive.html.
25. Hernadez, B. (2011). *Influencia del estrés sobre el rendimiento académico en los alumnos del colegio de bachilleres de la comunidad de Angahuan*. . Mexico : Universidad Don Vasco, A.C.

26. Iglesias, P. R. (2011). *Estudios del estrés percibidos por alumnos noveles de ciencias de la salud*. Malaga: spicum servicio de publicaciones.
27. Jaureguizar, J., & Espina, A. (2008). *Estrés: enfermedad física y emocional. 2º Edición*. Michuacan, Mexico: Harpercollins Pub.
28. Kozier, B., Erb, G., Berman, A., & Snyder, S. (2011). *Fundamentos de enfermería. Conceptos, procesos y práctica. Volumen II. 7º Edición*. Madrid, España: Mc Graw Hill Interamericana.
29. Labrador, F., & Crespo, M. (2010). *Estrés. 3º Edición*. Madrid, España: Editorial Síntesis.
30. Labrador, J. (1995). *El estrés, nuevas técnicas para su control*. España.
31. Leal, A. Z. (2005). *Didáctica, pedagogía y saber*. Cooperativa Editorial Magisterio.
32. López Cruz, J. (2016). *Influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería de la Universidad Ciencias de la Salud Arequipa, 2016*. Perú .
33. Manual de control de estrés. (2010). *Madrid: CE*.
34. Melgosa, J. (2011). *Sin estrés. 5ta edición*. Colombia: Editorial Sudamericana .
35. Mendoza, L., Cabrera, E., González, D., Martínez, R., Pérez, E., & Saucedo, R. (2010). *Factores que ocasionan estrés en estudiantes universitarios*. ENE.

36. Meza Chávez, E., Pinedo Tello, V., Hernández, S., & Vielka, S. (2014). *Estresores y estrés percibido en las prácticas clínicas, en estudiantes de enfermería, de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana* . Iquitos.
37. Miranda, S. C. (2015). *La higiene mental y el desempeño laboral de los trabajadores del ministerio de transporte y obras públicas del cantón Ambato, provincia de Tungurahua*.
38. Moody, R. (2002). *El poder curativo de la risa* . Madrid, España: Edaf.
39. Naranjo, P. M. (2009). *Una revisión teórica frente al estrés y alguno aspectos relevantes de este en le ámbito educativo*. Revista educacion.
40. Ortiz, S., Tafoya, S., Farfán, A., & Jaimes, A. (2002). *Rendimiento académico, estrés y estrategias de afrontamiento en alumnos del programa de alta exigencia académica de la carrera de medicina*. Revista Med, 21(1), 29-37.
41. Pacheco Castillo, J. (2017). *Estrés académico de los estudiantes de Enfermería de una universidad privada de Puerto Rico y su asociación con el rendimiento académico* .
42. Pérez, D., Garcia, J., Garcia, T., Ortiz, D., & Centelles, M. (2014). *Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para Atención Primaria de Salud*. . Revista Cubana de Medicina General integral, 30(3), 354-363.
43. Pita, M., & Coreiga, A. (2009). *Rendimiento académico en la universidad* . Perú : Gestión universitaria en América del Sur .
44. RAE, D. (2017).

45. Reducindo, M., Genchi, P., Bravo, L., & Jaimes, F. (2011). *Niveles de estrés en una población del sur de México*. *Psicología y salud*, 21(2), 239-244 .
46. Roblero Pachacama, J. R. (2017). *Estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias Psicológicas de la Universidad Central del Ecuador* . (Bachelor's thesis, Quito: UCE).
47. Rodríguez Ayán, M., & Ruiz Díaz, M. (2011). *Indicadores de rendimiento académico de estudiantes universitarios: calificaciones versus créditos acumulados*. *Revista de Educación*.
48. Russek. (2013). *"volver a vivir, volver a reír", el estrés y su manejo*. Estado de México : ORBE.
49. Santos Morocho, J. (2017). *Prevalencia de estrés académico y factores asociados en estudiantes de Ciencias de Salud de la Universidad Católica de Cuenca, 2016*. (Master's thesis).
50. Serón, N. (2009). *Relación que existe entre factores estresantes y rendimiento académico de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de San Marcos* . Tesis de Bachiller .
51. Silva, L., Luna, R., & López, P. .. (s.f.). *Estrés académico en estudiantes de tecnología superior* . Universitas, *Revista de Ciencias Sociales y Humanas*, (28), 193-209.
52. Soria, M., Ávila, E., & Rodríguez, N. (2014). *Efectos del trabajo académico en la salud y en las relaciones familiares de hombres y mujeres estudiantes universitarios* . *Revista Electrónica de psicología Iztacala*, 17(1).
53. Tejedor, F. (2007). *Poder explicativo de algunos determinantes del rendimiento académico en los estudios universitarios*. España: *Revista española de pedagogía*. 2007;LXI(224): 5-32.

54. Tello, A. C., & Zalamea, S. C. (2016). *Diagnóstico de los niveles de Burnout de los Decanos, Subdecanos, Directores de carrera y Miembros de las Juntas Académicas de la Universidad del Azuay y su relación con las Estrategias de Afrontamiento*. Cuenca: Bachelor's thesis, Universidad del Azuay.
55. Tolentino, S. (2009). *Perfil de estrés académico en alumnos de licenciatura en psicología de la universidad Autónoma de Hidalgo*. Hidalgo, México .
56. Vallejo, A. L. (2011). *Relación entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la carrera química farmacéutica- biológica de la UNAM*. Mexico D.F.
57. Vélez, A., & Roa, A. (2005). *Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes de medicina*. Barcelona: Educmed.
58. Villacruz, M. L. (2019). *Nivel de estrés en estudiantes de la escuela profesional de enfermería del 1ro al 4to año de la Universidad Nacional Federico Villarreal- 2018*. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal.

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de Contingencia

Tabla 10. Matriz de contingencia

Tema: “El estrés y su influencia en el desempeño académico de los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo. Agosto 2018 – febrero 2019”.		
Problema General	Objetivo general	Hipótesis general
¿De qué manera el estrés influye en el desempeño académico de los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo. Agosto 2018 – Febrero 2019?	Identificar de qué manera el estrés influye en el desempeño académico de los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo. Agosto 2018 – Febrero 2019	El desempeño académico de los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo, se encuentra influenciado por muchos factores dentro de ellos, el que más afecta es el estrés.
Problemas específicos	Objetivos específicos	
¿Cuál es el nivel de estrés que presentan los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo?	Describir cual es el nivel de estrés que presentan los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo.	
¿Cuáles son los factores que desencadenan las manifestaciones de estrés en los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo?	Determinar cuáles son los factores que desencadenan las manifestaciones de estrés en los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo	
¿Cómo se manifiesta el estrés en los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo?	Detallar cómo se manifiesta el estrés en los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo.	

<p>¿Cuáles son las manifestaciones: físicas, emocionales y conductuales a causa del estrés en los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo?</p> <p>¿Qué promedio académico tienen los estudiantes que presentan manifestaciones de estrés?</p> <p>¿Cuál es el porcentaje de participación en actividades extracurriculares por parte de los estudiantes que manifiestan estrés?</p>	<p>Describir cuáles son las manifestaciones: físicas, emocionales y conductuales a causa del estrés en los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo?</p> <p>Determinar qué promedio académico tienen los estudiantes que presentan manifestaciones de estrés.</p> <p>Demostrar cuál es el porcentaje de participación en actividades extracurriculares por parte de los estudiantes que manifiestan estrés.</p>	
--	--	--

Anexo 2.Consentimiento Informado



CONSENTIMIENTO INFORMADO



Respetado(a) participante:

A continuación encontrará la información relacionada con el proyecto de investigación **EL ESTRÉS Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DEL PRIMER SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO. AGOSTO 2018 – FEBRERO 2019.**

El objetivo de este proyecto es identificar de qué manera el estrés influye en el desempeño académico de los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo, aplicando el inventario "SISCO" que permite medir el nivel de estrés en los estudiantes y poder desarrollar el proyecto de investigación, el cual es un requisito importante para que los investigadores **TANIA JAMILETH FAJARDO PARRA Y DENNY GERMAN CEREZO RENDON**, obtengan el título en licenciado en enfermería.

Esta investigación aportará información que será eficaz para que los estudiantes no solo de la carrera de enfermería, sino de todas las carreras que oferta la Universidad Técnica de Babahoyo y para los propios autores, para que estos logren un buen desempeño y sean capaces de afrontar situaciones estresantes consecuentemente llegar a evitar posibles complicaciones que puedan presentarse en el transcurso de su formación.

Por ello, se espera su participación en esta investigación respondiendo en un tiempo no mayor de 10 minutos las preguntas que encontrará en el cuestionario adjunto.

Es importante que comprenda que el hecho de responder este cuestionario, no implica ningún riesgo para usted.

Los resultados de esta investigación se consignarán en un documento que están desarrollando los investigadores y en los artículos que se publiquen en revistas científicas del tema. Además es necesario aclarar que ni usted ni los investigadores recibirán dinero por la realización de este estudio. Si usted acepta participar en el proyecto, se le agradece proporcionar los siguientes datos:

Lugar y fecha:

Declaro que se me ha informado, que participar en esta investigación no me representará inconvenientes, molestias, ni beneficios lucrativos.

Nombre del participante: _____

Identificación: _____

Anexo 3. Cuestionario del estrés

Nombre.....Carrera.....

Sexo M () F ()

INSTRUCCIONES: A continuación, se le presenta un conjunto de preguntas, marque con una X la respuesta que cree conveniente con responsabilidad y atendiendo a las indicaciones específicas. El propósito de este trabajo es recoger información sobre la influencia del estrés en el rendimiento académico.

1. Marque con "X" las actividades extracurriculares en las que usted ha participado.

Congresos	Seminarios	Casas abiertas	Proyecto Científico

2. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

() Si () No

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

3. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

NUNCA	RARA VEZ	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1	2	3	4	5

N°	Ítems	1	2	3	4	5
	SITUACIONES ESTRESANTES					
1	Te inquieta la competencia con los compañeros del grupo					
2	Sobrecarga de tareas y trabajos académicos					
3	La personalidad y el carácter del profesor					
4	Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
5	El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
6	Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
7	No entender los temas que se abordan en la clase					

8	Tiempo limitado para hacer el trabajo.						
	REACCIONES FISICAS						
9	Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)						
10	Fatiga crónica (cansancio permanente)						
11	Dolores de cabeza o migrañas						
12	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea						
13	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.						
14	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.						
	REACCIONES PSICOLOGICAS						
15	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)						
16	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
17	Ansiedad, angustia o desesperación.						
18	Problemas de concentración.						
19	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad						
	REACCIONES CONDUCTUALES						
20	Conflictos o tendencias a polemizar o discutir.						
21	Aislamiento de los demás.						
22	Desgano para realizar las labores académicas.						
23	Aumento o reducción de consumo de alimentos						
	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO						
A1	Habilidad asertiva(defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)						
A2	Elaboración de un plan y Ejecución de tareas						
A3	Elogios a sí mismo.						
A4	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)						
A5	Búsqueda de información sobre la situación						
A6	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)						

EVALUACION

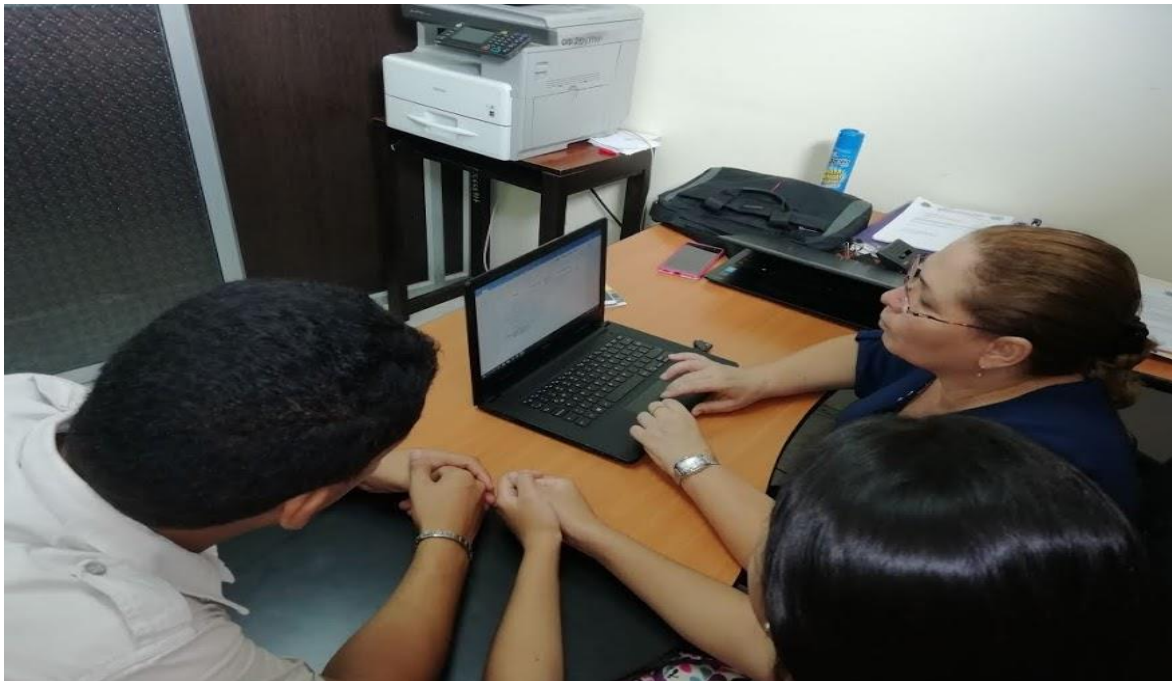
10-39 Nivel de estrés Bajo
40-79 Nivel de estrés Medio
80-115 Nivel de estrés Alto

Autor: Test del estrés académico del Dr. Arturo Barraza Macías.

Anexo 5. Evidencias

Encuesta a los estudiantes del primer semestre







UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA
UNIDAD DE TITULACIÓN



Babahoyo, 07 de Diciembre del 2018

Dra. Alina Izquierdo Cirer, MSc.
COORDINADORA DE LA UNIDAD DE TITULACIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
Presente.-

De mi consideración:

Por medio de la presente, nosotros, **TANIA JAMILETH FAJARDO PARRA**, con cédula de ciudadanía **125018134-2** y **DENNY GERMAN CEREZO RENDON**, con cédula de ciudadanía **172512150-1**, egresados de la Carrera de **ENFERMERÍA**, de la Facultad de Ciencias de la Salud, nos dirigimos a usted de la manera más comedida posible, para hacerle la entrega el tema o perfil del proyecto de investigación: **EL ESTRÉS Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO ACADEMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DEL PRIMER SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO. AGOSTO 2018 - FEBRERO 2019**, el mismo que fue aprobado por el Docente Tutor: **LCDA. ELSA MARÍA BERNAL MARTÍNEZ Msc.**

Esperando que mi petición tenga una acogida favorable, quedo de usted muy agradecida.

Atentamente

Atentamente

Tania Jamileth Fajardo Parra
C.I 125018134-2

Denny German Cerezo Rendón
C.I 172512150-1

Recibido
7-12-18
AA
10



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERIA
UNIDAD DE TITULACIÓN



APROBACIÓN DEL TUTOR

Yo, LCDA. ELSA MARÍA BERNAL MARTÍNEZ Msc, en calidad de Tutor del Perfil o Tema del Proyecto de investigación (Primera Etapa): "EL ESTRÉS Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DEL PRIMER SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO. AGOSTO 2018 – FEBRERO 2019", elaborado por los estudiantes: TANIA JAMILETH FAJARDO PARRA y DENNY GERMAN CEREZO RENDON de la Carrera de Enfermería de la Escuela de salud y bienestar de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Babahoyo, considero que el mismo reúne los requisitos y méritos necesarios en el campo metodológico y en el campo epistemológico, por lo que lo **APRUEBO**, a fin de que el trabajo investigativo sea habilitado para continuar con el proceso de titulación determinado por la Universidad Técnica de Babahoyo.

En la ciudad de Babahoyo a los 07 días del mes de Diciembre del año 2018

Firma del Docente -Tutor
Lcda. Elsa María Bernal Martínez Msc:
CI: 0958302689



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO (CIDE)



RUBRICA PARA EVALUAR PERFILES DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

TEMA DE INVESTIGACIÓN:

El estrés y su influencia en el desempeño académico de los estudiantes de la carrera de enfermería del primer semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo. Año 2018 - febrero 2019

NOMBRE DE LOS PROPONENTES:

Tania Jimilitha Fajardo Tama, Dany German Cerpa Rendón

No.	Criterios de evaluación	NIVEL DE DOMINIO				Puntos
		Competente 4	Satisfactorio 3	Básico 2	Insuficiente 1	
1	Idea o tema de Investigación	El tema de investigación es relevante y pertinente a perfil de la carrera. En su formulación refleja la ejecución de un proceso de investigación y establece la relación de al menos dos variables.	El tema de investigación es relevante y pertinente al perfil de la carrera. Pero en su formulación no refleja la ejecución de un proceso de investigación y establece la relación de al menos dos variables.	El tema de investigación no es relevante pero si es pertinente al perfil de la carrera.	El tema de investigación no es relevante y no responde al perfil de la carrera.	4
2	Planteamiento del problema (Descripción breve del hecho problemático)	Planteamiento del problema contiene una descripción breve y clara del hecho problemático y cuenta con la delimitación del tema, así como del problema de forma clara, pero no precisa.	El proyecto cuenta con la delimitación del tema, así como el planteamiento del problema de forma clara, pero no precisa.	El proyecto solo cuenta con la delimitación del tema o el planteamiento del problema de forma clara y precisa.	El proyecto no cuenta con delimitación del tema ni planteamiento del problema.	4
3	Problema (General)	Desarrolla interrogantes que se derivan de la justificación y planteamiento del problema que darán solución a la investigación y que estén estrechamente relacionados con su hipótesis.	Desarrolla interrogantes que no se derivan de la justificación y planteamiento del problema pero que darán solución a la investigación y que estén estrechamente relacionados con su hipótesis.	Desarrolla interrogantes que se derivan de la justificación y planteamiento del problema pero darán solución a la investigación pero no están relacionados con su hipótesis.	Las interrogantes propuestas no se relacionan con la investigación.	4
4	Objetivo (General)	Los objetivos son claros y precisos, permiten saber hacia dónde se dirige y lo que se espera de la investigación. Son posibles de cumplir, medir y evaluar.	Se definen los objetivos y permiten de alguna manera saber hacia dónde se dirige la investigación, aunque son difíciles de medir y evaluar.	Se establecen objetivos para la investigación, pero no permiten determinar si los resultados son medibles y si responden a las necesidades planteadas.	Se establecen de alguna manera los objetivos, pero no son claros, no es posible medirlos o evaluarlos.	4
5	Justificación.	Se explica las razones por las que se hará la investigación y el contenido a desarrollar.	Se explica las razones por las que se hará la investigación, sin el contenido a desarrollar.	Se explica las razones por las que se hará la investigación limitadamente, sin el contenido a desarrollar.	Se omite la explicación de las razones por las que se hará la investigación y el contenido a desarrollar.	4



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO (CIDE)

6	Marco teorico preliminar (Esquema de contenidos).	Determina con claridad todas las dimensiones y categorías de las variables del problema de investigación, de manera ordenada	Determina con claridad todas las dimensiones y categorías de las variables del problema de investigación, sin ningún orden.	Las categorías determinadas están no son pertinentes al problema de estudio	4
7	Hipótesis (General).	La hipótesis tiene relación con el problema y con el objetivos	La hipótesis se relaciona con los problemas pero no con el objetivos	La hipótesis no tiene relación ni con el problema ni con el objetivo.	4
8	Tipo de investigación.	Tiene relación con el proposito de la investigación y se justifica su aplicación.	Tiene relación con el proposito de la investigación, pero no se justifica su aplicación.	No corresponde al propósito de la investigación.	4
9	Metodología.	Define la población, muestra (si corresponde), métodos, técnicas e instrumentos de investigación; y, además describe en que consistió cada uno de sus pasos de manera breve para constituir este proyecto.	Solo define la población, muestra (si corresponde), métodos, técnicas e instrumentos de investigación.	Carece de metodología.	4
10	Referencias Bibliográficas.	Presente una lista de referencias bibliográficas completa, considerando las normas propuestas (APA, Vancouver)	Presente una lista de referencias bibliográficas incompleta, considerando las normas propuestas (APA, Vancouver)	La lista de referencias bibliográficas, no corresponde, y no se observa ninguna norma.	3
TOTAL					39
PROMEDIO PONDERADO 40 = 10 / 28 = 7 Mínimo					9.75

OBSERVACIONES:

<p><i>Oksa Leonor Hortensy O. Benavides</i> Nombre y Firma del Docente Evaluador</p>	<p>7- Diciembre - 2018 Fecha de Revisión</p>
<p>J.P.V. Fecha y Firma de Recepción</p>	



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA
UNIDAD DE TITULACIÓN



Babahoyo, 15 de Enero de 2019

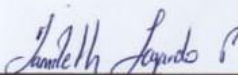
Dra. Alina Izquierdo Cirer, MSc.
COORDINADORA DE LA UNIDAD DE TITULACIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
Presente.-

De mi consideración:

Por medio de la presente, nosotros, **TANIA JAMILETH FAJARDO PARRA**, con cédula de ciudadanía **125018134-2** y **DÉNNY GERMAN CEREZO RENDON**, con cédula de ciudadanía **172512150-1**, egresados de la Carrera de **ENFERMERÍA**, de la Facultad de Ciencias de la Salud, nos dirigimos a usted de la manera más comedida posible, para hacerle la entrega de la segunda etapa del proyecto de investigación: **EL ESTRÉS Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DEL PRIMER SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO. AGOSTO 2018 – FEBRERO 2019**, el mismo que fue aprobado por el Docente Tutor: **Lcda. ELSA MARÍA BERNAL MARTÍNEZ Msc.**

Esperando que mi petición tenga una acogida favorable, quedo de usted muy agradecida.

Atentamente



Tania Jamileth Fajardo Parra
C.I 125018134-2



Denny German Cerezo Rendón
C.I 172512150-1

16/01/19
9:52
Monte For



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERIA
UNIDAD DE TITULACIÓN**



APROBACIÓN DEL TUTOR

Yo, **LCDA. ELSA MARÍA BERNAL MARTÍNEZ Msc**, en calidad de Tutor del Proyecto de investigación (Segunda Etapa): **"EL ESTRÉS Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO ACADEMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DEL PRIMER SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO. AGOSTO2018 – FEBRERO 2019"**, elaborado por los estudiantes: **TANIA JAMILETH FAJARDO PARRA y DENNY GERMAN CEREZO RENDON** de la Carrera de Enfermería de la Escuela de salud y bienestar de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Babahoyo, considero que el mismo reúne los requisitos y méritos necesarios en el campo metodológico y en el campo epistemológico, por lo que lo **APRUEBO**, a fin de que el trabajo investigativo sea habilitado para continuar con el proceso de titulación determinado por la Universidad Técnica de Babahoyo.

En la ciudad de Babahoyo a los 15 días del mes de Enero del año 2019

Firma del Docente -Tutor
Lcda. Elsa María Bernal Martínez Msc:
Ci: 0958302689



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO

Babahoyo, 14 de Enero de 2019

Lcda. Msc.
Elsa María Bernal Martínez
SUBDECANA DE LA FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
En su despacho.-

De mi consideración:

Nosotros, **TANIA JAMILETH FAJARDO PARRA** con C.I: 125018134-2 y **DENNY GERMAN CEREZO RENDON** con C.I: 172512150-1, egresados de la carrera de **ENFERMERIA**, nos dirigimos a usted de la manera más comedida autorice a quien corresponde se nos facilite el consentimiento para la recolección de datos, los mismos que serán utilizados en el proyecto de investigación **"EL ESTRÉS Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER SEMESTRE DE LA CARRERA DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD TECNICA DE BABAHOYO. AGOSTO 2018 – FEBRERO 2019"**.

Por la favorable atención a nuestra petición estudiantil, le reiteramos nuestros sinceros agradecimientos.

CC: Licenciada María Vera Márquez.

Atentamente.

Tania Jamileth Fajardo Parra

C.I: 125018134-2

Denny German Cerezo Rendón

C.I: 172512150-1

Recibido:
E. Bernal
14/1/2019.
14:00 h.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA



Babahoyo, 24 de Enero de 2019

Lcda. MSc.
ELSA MARIA BERNAL MARTINEZ
SUBDECANA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
En su despacho.-


De mi consideración:


Nosotros, **TANIA JAMILETH FAJARDO PARRA**, con cédula de ciudadanía **125018134-2** y **DENNY GERMAN CEREZO RENDON**, con cédula de ciudadanía **172512150-1**, egresados de la Carrera de **ENFERMERÍA**, de la Facultad de Ciencias de la Salud, nos dirigimos a usted de la manera más comedida autorice a quien corresponda se nos facilite la de datos de los estudiantes del primer semestre de la carrera de enfermería, (en la que se incluyan el promedio final, los becados por excelencia académica y los que cursan módulos de inglés), los mismos que serán utilizados en el proyecto de investigación: **EL ESTRÉS Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO ACADEMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DEL PRIMER SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO. AGOSTO2018 – FEBRERO 2019.**

Por la favorable atención a nuestra petición estudiantil, le reiteramos nuestros sinceros agradecimientos.

C.C. Licenciada María Vera Márquez

Atentamente


Tania Jamileth Fajardo Parra
C.I 125018134-2


Denny German Cerezo Rendón
C.I 172512150-1

*Recibido
25/1/2019
E. Bernal*

*Maria Fajardo P.
25/1/2019
12:01*



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERIA



Babahoyo, 21 de Enero del 2019

Lcda. Msc.
ELSA MARIA BERNAL MARTINEZ
SUBDECANA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
En su despacho.-

De mi consideración:

Nosotros, **TANIA JAMILETH FAJARDO PARRA**, con cédula de ciudadanía **125018134-2** y **DENNY GERMAN CEREZO RENDÓN**, con cédula de ciudadanía **172512150-1**, egresados de la Carrera de Enfermería de la Escuela de salud y bienestar de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Babahoyo, nos dirigimos de la manera más comedida **APRUEBE**, previa la revisión del instrumento orientado a la recolección de datos, los mismos que nos servirán en nuestro proyecto de investigación, **“EL ESTRÉS Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DEL PRIMER SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO. AGOSTO2018 - FEBRERO 2019”**

Esperando que nuestra petición tenga una acogida favorable, quedamos de usted muy agradecidos.

Atentamente.

Tania Jamileth Fajardo Parra
C.I 125018134-2

Denny German Cerezo Rendón
C.I 172512150-1

Escala de Medición

Estimada

Teniendo como base los criterios que a continuación se presentan, se solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta.

Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio según su opinión:

CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACION
1.- El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación	X		
2.- El instrumento propuesto responde al objetivo de estudio	X		
3.- La estructura del documento es adecuada	X		
4.- Los ítems del instrumento responden a la Operacionalización de variables	X		
5.- La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento	X		
6.- Los ítems son claros y entendibles	X		
7.- El número de ítems es adecuado para su aplicación	X		
VALIDEZ	APLICABLE		X
	NO APLICABLE		
Validado por:	C.I.:		Firma
<i>Licda. Elsa Bernad Montúez Msc</i>	<i>095830268-9</i>		<i>[Firma]</i>



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR



Babahoyo, 08 de Abril del 2019

**A. COORDINADOR(A) DE TITULACIÓN DE LA CARRERA DE ENFERMERIA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**

De mi consideración:

Por medio de la presente, nosotros, **TANIA JAMILETH FAJARDO PARRA** con cédula de ciudadanía 125018134-2, y **DENNY GERMAN CEREZO RENDON** egresados de la Escuela Salud y Bienestar de la carrera de **ENFERMERIA**, de la Facultad de Ciencias de la Salud de Universidad Técnica de Babahoyo, me dirijo a usted de la manera más comedida posible para realizar la entrega de los tres anillados requeridos del Informe Final del Proyecto de Investigación (tercera etapa), tema: **"EL ESTRÉS Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO ACADEMICO DE LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER SEMESTRE DE LA CARRERA DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD TECNICA DE BABAHOYO. AGOSTO 2018- FEBRERO 2019"**, para que pueda ser evaluado por el Jurado asignado por el Consejo Directivo.

Saludos cordiales, quedamos de usted muy agradecidos.

Tania Jamileth Fajardo Parra

C.I 125018134-2

Denny German Cerezo Rendón

C.I 172512150-1

Recibido

10-4-19.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR



APROBACIÓN DEL TUTOR

Yo LCDA. ELSA MARÍA BERNAL MARTÍNEZ Msc, en calidad de tutor(a) del Informe Final del Proyecto de Investigación (Tercera etapa) con el tema: "EL ESTRÉS Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DEL PRIMER SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO. AGOSTO 2018 – FEBRERO 2019", elaborado por los estudiantes TANIA JAMILETH FAJARDO PARRA y DENNY GERMAN CEREZO RENDON, de la Carrera de Enfermería, de la Escuela de Salud y Bienestar, de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Técnica de Babahoyo, considero que el mismo reúne los requisitos y méritos necesarios en el campo metodológico y en el campo epistemológico, por lo que **APRUEBO**, a fin de que el trabajo investigativo sea habilitado para continuar con el proceso de titulación determinado por la Universidad Técnica de Babahoyo.

En la ciudad de Babahoyo a los **08** días del mes de **ABRIL** Del año **2019**

Firma del Docente -Tutor
Lcda. Elsa María Bernal Martínez Msc:
Ci: 0958302689



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 UNIDAD DE TITULACIÓN
 PERÍODO OCTUBRE 2018 - ABRIL 2019
 CARRERA DE ENFERMERIA



FECHA DE ENTREGA DEL DOCUMENTO: 09-abr-19

REGISTRO DE TUTORIAS DEL INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN (TERCERA ETAPA)

NOMBRE DEL DOCENTE: LCDA. ELSA MARIA BERNAL MARTINEZ, MSC FIRMA: *E. Bernal*

TEMA DEL PROYECTO: EL ESTRÉS Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERIA DEL PRIMER SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO. AGOSTO 2018 - FEBRERO 2019

NOMBRE DEL ESTUDIANTE 1: TANIA JAMILETH FAJARDO PARRA

NOMBRE DEL ESTUDIANTE 2: DENNY GERMAN CEREZO RENDON

CARRERA: ENFERMERIA

Horas de Tutorías	Fecha de Tutorías	Tema tratado	Tipo de tutoría		Porcentaje de Avance	Docente	FIRMAN		Pag. Nº.
			Presencia	Virtual			Estudiante 1	Estudiante 2	
1h	21/01/2019	Revisión del cuestionario para la aplicación	X		10%	<i>E. Bernal</i>	<i>Tania J. Fajardo</i>	<i>Denny G. Cerezo</i>	
2h	4/02/2019	Revisión de la información suministrada	X		20%	<i>E. Bernal</i>	<i>Tania J. Fajardo</i>	<i>Denny G. Cerezo</i>	
1h	11/02/2019	Revisión de los resultados obtenidos	X	X	30%	<i>E. Bernal</i>	<i>Tania J. Fajardo</i>	<i>Denny G. Cerezo</i>	
1h	14/02/2019	Elaboración de la introducción	X		40%	<i>E. Bernal</i>	<i>Tania J. Fajardo</i>	<i>Denny G. Cerezo</i>	
1h	18/02/2019	Elaboración de la conclusión	X	X	50%	<i>E. Bernal</i>	<i>Tania J. Fajardo</i>	<i>Denny G. Cerezo</i>	
1h	25/02/2019	Revisión de la presentación	X	X	60%	<i>E. Bernal</i>	<i>Tania J. Fajardo</i>	<i>Denny G. Cerezo</i>	
2h	11/03/2019	Elaboración de la Popurista	X		70%	<i>E. Bernal</i>	<i>Tania J. Fajardo</i>	<i>Denny G. Cerezo</i>	
2h	25/03/2019	Corrección de la Popurista	X	X	80%	<i>E. Bernal</i>	<i>Tania J. Fajardo</i>	<i>Denny G. Cerezo</i>	
1h	29/03/2019	Revisión de los y referencias bibliográficas	X		90%	<i>E. Bernal</i>	<i>Tania J. Fajardo</i>	<i>Denny G. Cerezo</i>	
1h	11/04/2019	Revisión Final de la Tesis	X		100%	<i>E. Bernal</i>	<i>Tania J. Fajardo</i>	<i>Denny G. Cerezo</i>	