

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO

“BENEDICTO XVI”

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA



**ESTRÉS ACADÉMICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA
ACADEMIA PREUNIVERSITARIA DE HUAMANGA, 2024**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTORES

Br. Aguilar Delao, Erika

<https://orcid.org/0009-0005-5129-1017>

Br. Remón Alcarraz, Marcos Eugenio

<https://orcid.org/0009-0003-2745-3608>

ASESORA

Mg. Rojas Amaya, Mayra Yameli

<https://orcid.org/0000-0003-4997-3885>

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Salud y Bienestar

TRUJILLO - PERÚ

2024

DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD

Señora Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud

Yo, Rojas Amaya Mayra Yameli con DNI N° 48015321, como asesor de la tesis titulada: “ESTRÉS ACADÉMICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA DE HUAMANGA, 2024” desarrollado por los egresados Aguilar Delao, Erika con DNI N° 76850661, y Remón Alcarraz, Marcos Eugenio con DNI N° 70344777 del Programa de Estudios de Psicología; Considero que el presente trabajo cumple con las condiciones técnicas y científicas que se alinean con las normas del Reglamento de Titulación de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” y con la normativa para la presentación de trabajos de graduación de la Facultad de Ciencias de la Salud. Por lo tanto, autorizo la presentación del mismo ante el organismo correspondiente para su evaluación por parte de los jurados designados por la facultad mencionada.



.....
Mg. Mayra Yameli Rojas Amaya
DNI: 48015321

AUTORIDADES UNIVERSITARIAS

EXCMO. MONS. HÉCTOR MIGUEL CABREJOS VIDARTE, OFM

Arzobispo Metropolitano de Trujillo
Fundador y Gran Canciller
Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”

DRA. MARIANA GERALDINE SILVA BALAREZO

Rectora de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”

DRA. ROMY ANGÉLICA DIAZ FERNÁNDEZ

Vicerrectora Académica

DRA. ENA CECILIA OBANDO PERALTA

Vicerrectora de Investigación

DRA. ANITA JEANETTE CAMPOS MÁRQUEZ

Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud

DRA. TERESA SOFIA REATEGUI MARÍN

Secretaria General

DEDICATORIA

Esta tesis va dedicada, principalmente para mi madre Lucia, que estuvo presente durante toda mi formación personal y profesional, brindándome su apoyo incondicional, moral y económico.

A mi pareja e hijos, quienes me impulsaron a continuar y terminar las metas que me propuse, gracias a ellos he llegado hasta este momento.

Erika Aguilar Delao

El presente trabajo va dedicado a mi madre Catalina, quien siempre me ha apoyado en todo, así como por su esfuerzo y preocupación hacia mí. También dedico este trabajo a mi hermana, Cathy, por su constante presencia y por ser la motivación que impulsa mi crecimiento personal y profesional.

Para ustedes, lectores e investigadores, que sea de mucha utilidad este conocimiento, al igual que nosotros nos beneficiamos de aquellos que nos precedieron.

Marcos Eugenio Remón Alcarraz

AGRADECIMIENTO

Fueron muchas las personas que han contribuido durante el proceso y finalización de esta tesis, a los alumnos por su disposición a resolver las pruebas, a la Academia Preuniversitaria, por permitirnos realizar la investigación en su espacio académico, a la administradora de dicha institución que permitió la aplicación de nuestros instrumentos, facilitándonos las gestiones necesarias para llevar a cabo esta investigación y en primer lugar a nuestra asesora Mg. Mayra Yameli Rojas Amaya por estar presta a cualquier consulta y ser una excelente guía en la elaboración de la tesis.

A todos ellos, GRACIAS.

**Erika Aguilar Delao y
Marcos Eugenio Remón Alcarraz**

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Nosotros Br. Aguilar Delao, Erika con DNI 76850661 y Remón Alcarraz, Marcos Eugenio con DNI 70344777 egresados del Programa de Estudios de Psicología de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”, damos fe que hemos seguido rigurosamente los procedimientos académicos y administrativos emanados por la Facultad de Ciencias de la Salud, para la elaboración y sustentación del informe de tesis titulado: “ESTRÉS ACADÉMICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA DE HUAMANGA, 2024”, el cual consta de un total de 62 páginas, en las que se incluye 06 tablas, más un total de 15 páginas en anexos.

Damos constancia de la autenticidad y originalidad de la investigación mencionada y afirmamos, bajo juramento y de acuerdo con los principios éticos requeridos, que el contenido del documento en cuestión es resultado de nuestro propio trabajo en cuanto a redacción, estructura, método y diseño. Igualmente, nos aseguramos de que los principios teóricos cuenten con respaldo en la bibliografía citada, tomando en cuenta un mínimo margen de error no intencional en la referencia de los autores, siendo esto nuestra completa responsabilidad.

Br. Aguilar Delao, Erika
DNI 76850661

Br. Remón Alcarraz, Marcos Eugenio
DNI 70344777

ÍNDICE

DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD	ii
AUTORIDADES UNIVERSITARIAS.....	iii
DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTO.....	v
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD.....	vi
ÍNDICE.....	vii
ÍNDICE DE TABLAS.....	viii
RESUMEN.....	ix
ABSTRACT.....	x
I. INTRODUCCIÓN.....	11
II. METODOLOGÍA.....	25
2.1. Enfoque, tipo.....	25
2.2. Diseño de investigación.....	25
2.3. Población, muestra y muestreo.....	26
2.4. Técnicas e instrumentos de recojo de datos.....	27
2.5. Técnicas de procesamiento y análisis de la información.....	28
2.6. Aspectos éticos en investigación.....	28
III. RESULTADOS.....	30
IV. DISCUSIÓN.....	36
V. CONCLUSIONES.....	40
VI. RECOMENDACIONES.....	41
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	43
ANEXOS.....	48
Anexo 1: Matriz de consistencia.....	48
Anexo 2: Instrumentos de recolección de la información.....	50
Anexo 3: Ficha técnica.....	54
Anexo 4: Operacionalización de variables.....	56
Anexo 5: Prueba de Normalidad.....	58
Anexo 6: Solicitud para aplicación de tesis e instrumentos de investigación.....	59
Anexo 7: Carta de autorización emitida por la entidad que faculta el recojo de datos.....	60
Anexo 8: Consentimiento Informado.....	61
Anexo 9: Reporte de turnitin.....	62

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Relación entre el Estrés Académico y la Resiliencia en estudiantes de una Academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024.</i>	30
Tabla 2 <i>Nivel de Estrés Académico en los estudiantes de una Academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024.</i>	31
Tabla 3 <i>Nivel de Resiliencia en los estudiantes de una Academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024.</i>	32
Tabla 4 <i>Relación entre la dimensión Estresores y las dimensiones de la Resiliencia en estudiantes de una Academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024.</i>	33
Tabla 5 <i>Relación entre la dimensión Síntomas y las dimensiones de Resiliencia en estudiantes de una Academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024.</i>	34
Tabla 6 <i>Relación entre la dimensión Estrategias de Afrontamiento y las dimensiones de Resiliencia en estudiantes de una Academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024.</i>	35

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo general determinar la relación entre el Estrés Académico y la Resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de Huamanga, 2024. En este sentido, se empleó metodológicamente el enfoque cuantitativo, tipo básico, de diseño correlacional, no experimental transversal, el universo estuvo conformado por 710 estudiantes preuniversitarios, de los cuales se seleccionó 251 estudiantes mediante el muestreo no probabilístico por conveniencia. Como técnica de estudio se empleó la encuesta, por ende, se utilizó los siguientes test psicológicos estandarizados, el Inventario Sistemático Cognitivista de Estrés Académico (SISCO) de Barraza (2007) y la Escala de Resiliencia (RS) de Wagnild y Young (1993). En cuanto a los resultados, los hallazgos evidenciaron una correlación positiva moderada significativa entre las variables estrés académico y la resiliencia cuyo valor es de ($Rho = 0,122$; $p < 0.05$), asimismo, se descubrió que el nivel prevalente de la variable estrés académico es en nivel alto con un 53.8% y el nivel prevalente de la variable resiliencia es el nivel moderado con un 45.8%.

Palabras clave: Estrés académico, resiliencia.

ABSTRACT

The general objective of this study was to determine the relationship between Academic Stress and Resilience in students of a pre-university academy in Huamanga, 2024. In this sense, the quantitative approach, basic type, correlational, non-experimental cross-sectional design, was used methodologically. The universe was made up of 710 pre-university students, of which 251 students were selected through non-probabilistic convenience sampling. As a study technique, the survey was used, therefore, the following standardized psychological tests were used, the Systemic Cognitivist Inventory of Academic Stress (SISCO) by Barraza (2007) and the Resilience Scale (RS) by Wagnild and Young (1993). Regarding the results, the findings showed a significant moderate positive correlation between the academic stress variables and resilience whose value is ($Rho = 0.122$; $p < 0.05$), likewise, it was discovered that the prevalent level of the academic stress variable is at a high level with 53.8% and the prevalent level of the resilience variable is the moderate level with 45.8%.

Keywords: Academy stress, resilience.

I. INTRODUCCIÓN

El presente estudio se planteó como objetivo determinar el grado de asociación entre el estrés académico y la resiliencia en estudiantes de una academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024. De acuerdo a la orientación del estudio, Campbell et al., (2022) comprende al proceso de preparación académica preuniversitaria como una experiencia de aprendizaje que genera estrés académico, esta transición es para muchos sumamente compleja, puesto que es considerada determinante para el futuro, escoger y poder acceder a una carrera universitaria mediante el examen de admisión. En este sentido, el entorno académico preuniversitario ofrece un escenario que representa nuevos y diversos desafíos para los estudiantes, debido a que los estudios superiores tienen mayor complejidad a lo largo de todo el proceso de aprendizaje, además de la gran competitividad existente, lo que aumenta la probabilidad de generar algún problema de salud mental si no logran enfrentarlos de una manera adecuada (Campos y Garay, 2021).

En consecuencia, el estrés académico constituye un problema que afecta a la sociedad moderna, considerado como un problema de salud pública debido a que repercute a nivel físico y mental, provocando la aparición de diversas patologías como la depresión, el insomnio, la ansiedad, en el panorama menos favorable podría generar conductas autolesivas y en algunos casos suicidio (Alfonso et al. 2015). Jiménez et al. (2012) Sugiere que las consecuencias del estrés académico dependerán de la percepción y de la capacidad resolutive que se posea porque interviene la idiosincrasia como factor individual que emite una respuesta determinada al estrés académico, por ello, cada estudiante confrontará el mismo estímulo estresante de manera distinta. Los estudiantes que logren interpretar positivamente el problema, podrán percibirla como una oportunidad no como una amenaza y ejecutarán estrategias de afrontamiento para adaptarse a la situación (De la Fuente et al. 2014).

Por lo expuesto, diversos estudios de entidades importantes para la salud pública denotan la necesidad e importancia de la investigación del estrés académico; a nivel internacional la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023) indica que el 83% de los jóvenes estudiantes estadounidenses consideran al plantel educativo como un componente relacionado con el estrés, que presenta síntomas como la fatiga con el 26% y la falta de apetito con el 23% de la población estudiada.

Un estudio global realizado por la consultora Voices y la Worldwide Independent Network of Market Research (WIN, 2023) analizó el estado anímico de los habitantes de América Latina, en un total de casi 30.000 personas, los resultados evidenciaron que Paraguay con un 95% lidera un buen estado anímico, seguido por Brasil, México y Chile con 87% en cada país. En tanto, Ecuador con 69%, Argentina y Perú ambos con 68% registran cifras por debajo del promedio global, los datos advierten que se encuentran entre los países con mayor padecimiento de estrés que repercute en la salud mental. Como bien señala Tusev et al. (2020) las personas pertenecientes a las principales provincias de Ecuador evidencian altos grados de sintomatología depresiva, estrés y ansiedad, asimismo, Larico y Rivera (2023) identificaron que los estudiantes chilenos experimentaban un significativo nivel de estrés académico, siendo las mujeres las que reportan niveles mucho más elevados de estrés académico, también se constató que la presencia del estrés académico es superior en las ciudades a diferencia de las zonas rurales.

A nivel nacional, el Ministerio de Salud (MINSA, 2024) detallo que, durante el 2021, se reportaron 1.368.950 casos de problemas de salud mental atendidos, cifra que aumentó drásticamente en el 2022, llegando a 1.631.940 casos, lo que representa un impactante aumento del 19.21%”, en 2023 se evidenciaron 434 mil 731 casos solo en los primeros meses de dicho año lo cual indicó su ascenso. En contraste, la investigación Cassareto et al., (2021) en su estudio sobre el estrés académico en 1801 universitarios peruanos, indicó que el 38.3% de estudiantes tiene un nivel medio de estrés académico, el 26,3% un nivel medianamente alto, 17,9% un nivel medianamente bajo, 10,4% un nivel bajo y el 7,1% un nivel alto, también identifico que las mujeres y los que viven en ciudades grandes muestran mayores niveles de estrés. Un estudio de Robles (2024) sobre estrés académico y estilos de afrontamiento en 420 estudiantes preuniversitarios de lima este, evidencio que el 61,190% de los estudiantes preuniversitarios tienen un nivel moderado de estrés académico, el 20.714% un nivel profundo y el 18.095% un nivel leve, lo que implica que, el estrés académico es un factor de riesgo para elegir un estilo de afrontamiento.

Por su parte, el Ministerio de Educación (MINEDU, 2019) realizo un estudio donde evaluó a 21 universidades públicas de nuestro país y concluyó que el 85% de la comunidad universitaria enfrenta problemas de salud mental, con el 79% relacionados al estrés académico que desemboca en la reacción con violencia con un 52%.

A nivel local, el Programa de Secundaria Rural Horizontes (2022) evidenció en un informe una alta predominancia del estrés académico en los estudiantes de la región de Ayacucho, lo que enfatiza la urgencia de investigar más a profundidad esta problemática, que pareciera acrecentar con el tiempo.

Por lo anteriormente mencionado, en la actualidad la resiliencia denota gran relevancia para los profesionales del área de la salud sobre todo en psicología, debido a que la resiliencia vendría a ser una herramienta imprescindible para hacer frente al estrés, en este sentido, se ha convertido en un término que ha adquirido mayor importancia a nivel académico como medio para garantizar el bienestar psicológico de los estudiantes, logrando dotarlos de las competencias que se requieren para afrontar las situaciones adversas que surgen en el ámbito académico, aun mas en estudiantes preuniversitarios que enfrentan nuevos desafíos después de egresar del colegio para poder ingresar a una universidad.

La resiliencia es un recurso psicológico fundamental que se viene desarrollando en el ámbito educacional, ya que permite a los individuos inmersos en un contexto académico prosperar ante la adversidad que se presente (Wang et al. 2022). Las personas que posean niveles adecuados de resiliencia, se manifestaran como empeñosos, equilibrados y con objetivos claros en la vida, por lo que se esforzaran constantemente para alcanzar sus objetivos planteados a pesar de las dificultades constantes (Smith et al., 2020). Por lo ya mencionado, también estaría implicada en la consecución de las metas personales en un entorno estresante (Wang et al., 2022).

Algunos estudiantes que experimentan altos niveles de estrés son capaces de tolerar e inclusive sobresalir en esas situaciones, por ello, la resiliencia es imprescindible para todos los estudiantes, porque en algún momento de su vida académica experimentarían adversidades, desafíos o situaciones de presión, por ello, los estudios sobre resiliencia son convenientes ya que, permiten comprender los motivos del porque esta variable podría ser inherente al esfuerzo, la autopercepción, entre otros aspectos relacionados con las personas en un proceso académico. (Menéndez et al., 2021).

A nivel internacional, Gómez et al. (2021) en su estudio sobre la resiliencia, género y rendimiento académico en 51 estudiantes de la Universidad Autónoma del Estado de Morelos (UAEM), encontró que, el 29,4% de los estudiantes tienen una resiliencia alta, el 23,5% resiliencia muy alta, el 19,6% resiliencia media, el 11,8% anomia media y el 11,8%

anomia baja, lo cual evidencia que más del 50% de la población estudiada posee una adecuada resiliencia, por lo que, el autor si encontró una relación entre resiliencia y rendimiento académico en universitarios mexicanos. Del mismo modo, Tello et al. (2021) en su investigación sobre la resiliencia y autorregulación del aprendizaje en 177 estudiantes del primer ciclo de psicología, encontró que, más del 50% de los estudiantes tienen un nivel alto de resiliencia, así mismo, ambas variables poseen una correlación alta y significativa. Se concluye que, la resiliencia está asociada con el rendimiento académico.

A nivel nacional, Tipismana (2019) en su investigación sobre los factores de Resiliencia y Afrontamiento como Predictores del Rendimiento Académico en 465 estudiantes de ciencias de la salud y 131 estudiantes de ciencias empresariales de dos Universidades Privadas de Lima metropolitana, evidencio que, el 58,7% de los estudiantes de ciencias de la salud tienen un nivel alto de resiliencia y el 42,3% un nivel bajo de resiliencia, en cuanto a los estudiantes de ciencias empresariales el 69,4% tienen un nivel alto de resiliencia y el 31,6% un nivel bajo de resiliencia, en cuanto al afrontamiento, ambos grupos evidencian con más del 50% niveles bajos, asimismo, más del 50% de ambos grupos evidencian un rendimiento académico bajo, lo cual se corrobora la importancia de los procesos psicológicos como mediadores para lograr un buen desempeño frente a las actividades académicas, por lo que el autor sugiere la aplicación de programas de aprendizaje y estrategias para mejorar la calidad de los aprendizajes.

La gestión de mediación Estratégica en Salud Pública del Ministerio de Salud (MINSA, 2021) refiere que el 64% de los estudiantes en el país carece de herramientas para afrontar situaciones desfavorables dentro del aula, pese al intento de realizar mejoras en el bienestar integral de los estudiantes, un 58% no entiende la importancia de la resiliencia y un 42% no reconoce este atributo en sí mismo, ello aunado a la carencia de modelos sociales sólidos en los medios de difusión, junto a la limitada calidad del tiempo que dedican las figuras parentales a sus hijos.

De esta manera, considerando que el ámbito preuniversitario conlleva una serie de retos, demandas académicas y psicosociales que bien pueden favorecer o repercutir de manera negativa en el rendimiento del estudiante, se presume que los niveles de resiliencia inciden de manera significativa en los modelos de afrontamiento al estrés, por ello se considera de gran importancia realizar investigaciones correlacionales de los constructos estrés

académico y resiliencia.

Por eso, en atención a lo expuesto anteriormente, da lugar a que se formule el planteamiento general, la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de Huamanga? De acuerdo a lo anterior se desglosaron los siguientes planteamientos específicos: ¿Cuál es el nivel de estrés académico? ¿Cuál es el nivel de resiliencia? ¿Cómo es la relación de la dimensión estresores y las dimensiones de la resiliencia? ¿Cómo se relaciona los síntomas del estrés académico y las dimensiones de la resiliencia? ¿Cómo se relaciona las estrategias de afrontamiento y las dimensiones de la resiliencia en los estudiantes de una Academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024?

El presente estudio se justifica su pertinencia en el ámbito teórico, debido a que la capacidad de resiliencia frente al estrés académico constituye un tema significativo de estudio para la psicología educativa, la cual se ha propuesto analizar a través de teorías actualizadas y datos contextuales recientes, así como las conexiones entre las variables de interés en la muestra de estudio.

En cuanto a lo metodológico, los instrumentos que ya fueron validados y estandarizados tienen características confiables en su aplicación, tal como el Inventario Sistémico-Cognitivista de Estrés Académico (SISCO) y la Escala de Resiliencia (ER), en la cual se observa un orden específico de procesos los cuales se deben efectuar con el fin de certificar su particularidad en los resultados adquiridos, de tal manera que sirvan para la elaboración de conclusiones y recomendaciones.

La justificación a nivel práctico, tiene la finalidad de obtener evidencias reales que se transformen en soluciones viables por parte de las autoridades competentes que favorezcan la realidad de la muestra estudiada, esto se debe a que los resultados y conclusiones que emite una investigación constituye una fuente de información fiable, debido a que evidencia el estado en que se encuentran los estudiantes preuniversitarios en relación al estrés académico. Todo ello busca que los profesionales de la salud dispongan de más fundamentos para implementar estrategias de intervención destinados a minorar su impacto.

Por el lado social, se debe motivar la concientización sobre la importancia de prevenir el estrés en los alumnos; de modo que, la resiliencia sea la clave para resolver problemas en

uno u otro campo en el futuro. En consecuencia, es razonable juzgar la adaptabilidad de la población objetiva, ya que una persona es capaz de adaptarse a situaciones inesperadas.

De acuerdo a lo planteado se procedió a formular el siguiente objetivo general: Determinar la relación entre el estrés académico y la resiliencia en los estudiantes de una academia preuniversitaria de Huamanga, según lo planteado, como objetivos específicos se tomaron en cuenta: Establecer el nivel de estrés académico. Estimar el nivel de resiliencia. Evidenciar la relación entre la dimensión estresores y las dimensiones de la resiliencia. Hallar la relación entre la dimensión síntomas del estrés académico y las diferentes dimensiones de la resiliencia. Describir la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y las dimensiones de la resiliencia en los alumnos de una Academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024.

En relación con las hipótesis de esta investigación, se formuló la siguiente hipótesis general: Existe una relación significativa entre el estrés académico y la resiliencia en los estudiantes de una Academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024. De ella se derivaron las siguientes hipótesis específicas: Existe el predominio de un nivel bajo de estrés académico. Existe el predominio de un nivel alto de resiliencia. Existe relación significativa entre la dimensión estresores y las dimensiones de la resiliencia. Existe relación significativa entre la dimensión síntomas y las dimensiones de la resiliencia. Existe relación significativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento y las dimensiones de la resiliencia en los estudiantes de una Academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024

Con respecto a las referencias como antecedentes del presente trabajo, se estudiaron diferentes repositorios analógicos de plataformas académicas internacionales, nacionales y locales, para así lograr encontrar referencias de investigaciones semejantes que asientan obtener una contemplación más próxima al problema que se tiene por investigación:

En tal caso se consideró primeramente en el plano internacional a (Corrales, 2023) que realizó una investigación a fin de determinar el Estrés académico y su relación con la resiliencia, fue un estudio de tipo no experimental, de nivel correlacional donde participaron 120 adolescentes de entre 14 y 17 años de Salcedo Ecuador, donde aplicó, el Inventario de estrés académico (SISCO) SV-21 y la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild & Young. Los resultados evidenciaron que el 52,5% de los estudiantes adolescentes tienen un nivel alto de estrés académico, el 36,7% presentan un nivel moderado de estrés y el 10,8% muestran un

nivel bajo de estrés. En lo que respecta a la resiliencia, se observó que el 46,7% de los estudiantes presentan un nivel bajo de resiliencia, el 19,2% un nivel intermedio, el 18,3% exhibe un nivel bajo y el 15,8% muestra un nivel alto. Asimismo, se encontró una correlación positiva leve ($Rho= 0.231$, $p<0,05$) entre las dos variables.

Rodriguez y Cotonierto (2022) realizaron un estudio que tuvo como objetivo correlacionar los niveles de estrés académico y resiliencia en estudiantes mexicanos de nuevo ingreso de una universidad privada de México, la metodología utilizada fue de tipo no experimental, transversal, descriptivo y correlacional en una población de 94 participantes. Se utilizó el Inventario de Estrés Académico (SISCO SV-21) y la Escala de Resiliencia Mexicana (RESI-M). Como resultado se encontró que el 67.9% de los estudiantes muestran estrés académico moderado y severo, el 70.2% alcanzaron puntuaciones altas en el inventario de resiliencia. Asimismo se halló una correlación estadísticamente significativa, positiva y media, equivalente a ($Rho=0.508^{**}$), entre las variables y sus dimensiones.

Bombon y Gaibor (2024) realizaron un estudio que tuvo como objetivo determinar si existe relación entre estas variables de resiliencia y ansiedad en estudiantes universitarias ecuatorianas, la metodología utilizada fue de tipo transversal y correlacional, participaron 107 estudiantes universitarios, se utilizaron los instrumentos de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young y Escala de Ansiedad de Hamilton. Los resultados más relevantes en relación a la variable resiliencia, se encontró que el 43% de los estudiantes tienen un nivel alto de resiliencia, el 23,4% un nivel muy alto y el 18,7% un nivel normal. Se encontró una correlación negativa con un valor de ($Rho= -0.246^*$; $p<0.05$) entre ambas variables. Se evidencio una mayor predominancia de la resiliencia en el género masculino.

A nivel nacional se encontraron algunas investigaciones como el de Fiol y Rimari, (2022) cuyo objetivo fue hallar la relación entre la resiliencia y estrés académico en los estudiantes de un Instituto en Jauja. El estudio metodológico es de nivel relacional de tipo básica, con un diseño correlacional transversal, donde se aplicó a una muestra de 240 individuos, se aplicaron los instrumentos de escala de resiliencia de Wagnild y Young y el inventario de estrés académico SISCO SV. Entre los resultados se obtuvo que el 41,3% de los estudiantes tienen una resiliencia de nivel muy bajo, el 24,2% un nivel bajo, el 6,3% tiene un nivel medio, finalmente solo el 0,4% tiene un alto nivel de resiliencia, en cuanto al estrés

académico se obtuvo que el 71,8% tienen un nivel moderado de estrés académico y el 0,4% tiene un nivel leve de estrés académico. Asimismo, se evidenció una correlación inversa y moderada entre ambas variables con un valor de ($Rho=-0,532$) y una significancia de $= 0,000 < 0,05$. En cuanto a las dimensiones, se concluye que existe una relación inversa baja entre la variable resiliencia y la dimensión estresores con un valor de ($Rho=-0.320$), cuanto a la variable resiliencia y la dimensión síntomas se evidencia un valor de ($Rho=-0.413$), por último, la variable resiliencia y la dimensión estrategias de afrontamiento con un valor de ($Rho=-0.437$). Lo cual expresa, un efecto de relación inversa moderada en ambas variables.

Como también Mestanza (2024) realizó un estudio con la finalidad de determinar la relación entre la resiliencia y el estrés académico y la relación entre las dimensiones de los estudiantes de una universidad de Lima. Los aspectos metodológicos son de tipo descriptivo, correlacional, de diseño no experimental y emplean el método hipotético deductivo. Donde se evaluó a 171 estudiantes; se utilizó como instrumentos, el Inventario de Estrés Académico SISCO y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993). Como resultado se encontró que el 38% de los universitarios presenta un nivel muy bajo de resiliencia, mientras que el 52% poseen un nivel moderado de estrés académico. Asimismo, se comprobó que la resiliencia se relaciona de forma moderada y negativa con el estrés académico ($Rho= -0.628$, $p<0.05$).

Así mismo a Galván y Navarrete (2024) hicieron un estudio para establecer la relación del estrés académico y resiliencia en estudiantes universitarios de educación en Cerro de Pasco, se utilizó la metodología correlacional, de tipo básico y diseño no experimental, en donde participaron 150 estudiantes universitarios de género masculino y femenino, los instrumentos empleados fueron el Inventario de Estrés Académico (SISCO) y la Escala de Resiliencia. Entre los resultados relevantes se halló que el 45,3% de estudiantes tienen un nivel promedio alto de estrés académico y el 44% tienen un promedio bajo, en cuanto a la variable resiliencia el 68,7% tienen un nivel alto y el 23,3% tienen un nivel moderado. Asimismo, se determinó una relación significativa cuyo valor es de ($Rho -0.303$; $p < 0.05$) entre el estrés académico y la resiliencia. En conclusión, el aumento de estrés académico disminuye la capacidad de resiliencia.

Por otra parte, Aquino (2023) realizó un estudio para determinar la relación que existe entre resiliencia y estrés académico en estudiantes una universidad de Cusco. Cuya

metodología fue de enfoque cuantitativo, tipo básico, nivel correlacional, diseño no experimental y transversal, donde participaron 169 estudiantes, los instrumentos utilizados fueron la escala de Resiliencia (ER) y el Inventario de Estrés Académico (SISCO). Cuyos resultados más relevantes evidenciaron que el 84.6 % de los estudiantes presentan estrés académico de nivel bajo y el 11,8% de nivel promedio bajo, en relación a la variable resiliencia se obtuvo que el 48.5% de los estudiantes tiene un nivel medio, el 37.9 % un nivel bajo y el 13.6 % un nivel alto. Asimismo, la resiliencia no correlaciona significativamente ($Rho = 0.195$; $p > 0.05$) con el estrés académico en los estudiantes; como también en los específicos de dimensión estresores y resiliencia ($\rho = 0.122$ y $p > 0.05$) síntomas y resiliencia ($\rho = -0.087$ y $p > 0.05$) y estrategias de afrontamiento y resiliencia es positiva, baja y significativa ($\rho = 0.308$ y $p < 0.05$). Se concluye que, la resiliencia no se vincula con los niveles de estrés académico.

En el contexto local, Gutiérrez (2023) realizó un estudio para determinar la relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de una institución educativa de Huamanga, 2023. El aspecto metodológico fue cuantitativo, de tipo básico, correlacional y diseño transversal no experimental, se evaluó a 324 alumnos, se tuvo como muestra a 132 estudiantes, los instrumentos utilizados fueron la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER) y el Inventario Sistémico-Cognitivista de Estrés Académico de Barraza. Los resultados más relevantes en cuanto a la variable resiliencia evidenciaron que el 53.0% de los estudiantes tienen un nivel medio y el 32,6% un nivel alto, en cuanto a la variable estrés académico el 52.3% un nivel medio y 26,5% un nivel bajo. Asimismo, se halló una relación significativa pero inversa entre ambas variables con un valor de ($Rho=-0.545$; $p < 0.05$). Se concluye que, a mayor nivel de resiliencia decrecen los niveles de estrés académico.

Guevara (2024) realizó un estudio con el objetivo de hallar la relación del Estrés académico y resiliencia en los estudiantes del cuarto año de secundaria de una institución educativa pública de Ayacucho. El aspecto metodológico fue de tipo básico y cuantitativa, utilizando un diseño no experimental transversal, se evaluó a 80 estudiantes, se aplicaron las pruebas del Inventario SISCO de Estrés Académico y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados más relevantes respecto a la variable estrés académico se evidenció que el 56.3% tienen un nivel alto y el 32,5% tienen un nivel regular y correspondiente a la variable resiliencia el 65,0% de los estudiantes tienen un nivel bajo y el 22,5% tienen un nivel regular. Asimismo, se determinó una correlación significativa e inversa entre ambas

variables con un valor de ($Rho = -0.590$ y $p < 0.000$). En conclusión, a mayor nivel de estrés académico decrecen los niveles de la resiliencia.

En relación a los fundamentos teóricos del estudio, tras explorar las diferentes referencias científicas correspondientes, se obtuvo la siguiente información con respecto a la primera variable:

Salvatierra (2019) señaló que, en la etapa universitaria, los estudiantes enfrentan situaciones de estrés que requieren intervención, siendo lo más difícil gestionar estos problemas con un adecuado control emocional. Así, la capacidad de resiliencia se relaciona con experiencias previas, actuando como un factor protector esencial para el ámbito educativo, ya que contribuye al desarrollo de una adecuada madurez psíquica en los estudiantes.

Para Barraza (2007) refiere que el estrés es una respuesta fisiológica de tensión del cuerpo ante las presiones de situaciones o eventos de la vida, manifestándose en la persona cuando resulta difícil adaptarse a las demandas del entorno. Asimismo, el estrés académico es un fenómeno fisiológico y una consecuencia de un desequilibrio en el cuerpo, que puede provocar respuestas biológicas y conductuales. También es un proceso sistémico, adaptativo y psicológico, que ocurre cuando un estudiante se enfrenta a una serie de exigencias que, al ser evaluadas, son percibidas como estresantes (Barraza, 2007)

Barraza (2007) plantea que el estrés académico se presencia en instituciones de educación donde, donde se evidencian síntomas en adolescentes de educación media superior y superior, relacionados con los estresores presentes en el entorno académico. El estrés académico se define como un proceso sistémico, adaptativo y psicológico que ocurre cuando el estudiante enfrenta diversas demandas que percibe como estresores. Estos estresores inducen a un desequilibrio sistemático, manifestándose a través de una serie de síntomas. Este fenómeno ocurre con mayor frecuencia en la población estudiantil, ya que los docentes imponen una exigencia elevada en el aprendizaje (Barraza y Jaik, 2011).

El estrés académico se presenta cuando los estudiantes consideran las exigencias de las actividades escolares como abrumadoras, lo que genera un desequilibrio y resulta en inestabilidad mental y física, especialmente cuando el estudiante no cuenta con los recursos necesarios para afrontarlas. Sin embargo, existen factores o estrategias psicológicas que

actúan como defensores contra el estrés. Estos factores comprenden una alta autoestima, el apoyo social, la inteligencia emocional, la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento. Estos actúan como moduladores, mejorando el control en situaciones estresantes y facilitando el reconocimiento de los recursos personales y sociales que promueven la retroalimentación de conductas positivas (Barraza, 2007).

Según el modelo teórico del estrés académico de Barraza (2008) que está basada en la teoría general de sistemas y en el modelo transaccional, que constituye como un cimiento en la relación persona-entorno de la cual se origina el modelo sistémico-cognoscitivista del estrés académico, el cual se comprende como un proceso sistematizado adaptativo, que se evidencia mediante tres elementos, la exposición a demandas, la situación estresante reflejada en síntomas y el desequilibrio sistemático, todos estos elementos necesitan la creación y acción de estrategias de afrontamiento.

Barraza (2007) propuso un modelo sistémico cognoscitivo para analizar el estrés académico, el cual abarca dos perspectivas: la sistémica y la cognoscitiva, en este sentido, el Inventario SISCO es uno de los pocos instrumentos disponibles para evaluar el estrés académico en tres dimensiones, considerando los estresores del entorno académico, los síntomas y las estrategias de afrontamiento (Ruiz y Barraza, 2020).

La primera dimensión, refiere que los *estresores* son situaciones observadas en el entorno académico aunado a la interacción con agentes externos provocan estrés en el estudiante generando diversos síntomas fisiológicos (Barraza, 2007).

Según Kloster y Perrotta (2019) el exceso de trabajos académicos constituye una fuente de estrés para los estudiantes, lo cual evidencia una relación inversa entre el estrés percibido y el rendimiento académico, es decir, a mayor estrés menor será el rendimiento académico, por lo tanto, las aptitudes, las habilidades de aprendizaje y el rendimiento académico pueden verse afectados de la misma manera (Zazueta et al., 2020).

Según Barraza (2007) la segunda dimensión denominada *síntomas*, se refiere a acciones específicas del organismo que se producen para superar la autoevaluación del estudiante en relación con el estrés. Los síntomas pueden manifestarse de distintas formas, repercutiendo en el estado físico presentando dolores de cabeza, fatiga, cambios en el consumo de alimentos, problemas digestivos que conllevan a variaciones en el peso; y de manera

emocional con hipersensibilidad, ansiedad, depresión, ira e irritabilidad, falta de confianza, apatía y fluctuaciones en el sueño, así como sentimientos de agresividad y aislamiento. También pueden manifestarse de forma conductual, con cambios en los hábitos alimenticios, aislamiento, desatención de responsabilidades, aumento en el consumo de alcohol y drogas, así como la realización exacerbada de actividades como hacer ejercicio o ir de compras, así como la pérdida de control y reacciones desproporcionadas ante problemas inesperados (Barraza, 2018).

La tercera dimensión denominada *estrategias de afrontamiento*, según Barraza (2007), vendrían a ser recursos psicológicos que el individuo desarrolla y aplica para enfrentar situaciones conflictivas y estresantes. No obstante, estas estrategias tendrán el éxito debido solo para aquellas personas con factores intrínsecos adecuados, aunque en sí estas contribuyen a prevenir y reducir el estrés en las personas. Una gestión y planificación adecuada del tiempo para la realización de diversas tareas y actividades están relacionadas al adecuado y oportuno cumplimiento de las mismas, logrando así un alto rendimiento académico, la generación de un sistema de soporte familiar y escolar incrementaran las aptitudes resilientes, establecer un patrón de estudio sencillo, llevar a cabo sesiones interactivas en clases, reducir las perspectivas de calificaciones altas, evitar y minimizar problemas con los compañeros y evitar comparaciones con los demás estudiantes, entre tantas otras estrategias ayudaran al estudiante a mejorar y acrecentar su resiliencia (Joseph et al., 2020).

En cuanto a la segunda variable, en las últimas décadas, la resiliencia ha generado un notable interés entre profesionales de diversos campos de la salud y la educación. Probablemente se trata más de un dominio del conocimiento que de un nuevo concepto, donde convergen observaciones, investigaciones y prácticas psicosociales que evidencian la capacidad del ser humano para resistir y superar adversidades, así como para desarrollarse con integridad, a pesar de haber vivido experiencias traumáticas (Uriarte, 2005).

Por otro lado, Masten (2001) propone al constructo resiliencia como un procedimiento versátil que implica una adaptación en situaciones que intrínsecamente se consideren estresantes, lo cual significa, que la resiliencia no solo es un rasgo propiamente personal, sino más bien un procedimiento que involucra la intervención de factores individuales y contextuales.

Posteriormente Becoña (2006) incorpora elementos a su definición, considerando que es la habilidad para enfrentar de forma exitosa el estrés, gracias a la intervención de múltiples factores como el temperamento biológico, las características intrínsecas en especial la inteligencia del niño. El temperamento del niño y su percepción de los eventos son resultado de las propias acciones, la familia y el entorno comunitario donde vive, especialmente en lo que respecta a su crianza y las cualidades de apoyo disponible, así como la cantidad, intensidad y duración de las situaciones estresantes o adversas que ha enfrentado, sobre todo en la primera etapa de su infancia, por lo tanto, se ha llegado a considerar que la resiliencia puede ser funcionalmente equivalente a la invulnerabilidad y a la resistencia frente al estrés y a la adversidad.

Rutter, (2012) La resiliencia se define como el fenómeno mediante el cual los individuos logran alcanzar resultados relativamente positivos a pesar de enfrentar experiencias adversas, lo que no implica inmunidad o impermeabilidad al trauma, sino la capacidad de recuperarse de dichas experiencias. En el contexto educativo, la resiliencia se examina desde la perspectiva del estudiante, abarcando su perfil y estrategias de desarrollo potenciales, así como desde la del docente, centrada en su propia capacidad resiliente y en los métodos para promover la resiliencia en sus alumnos (Cabanyes, 2010).

La teoría de Wagnild y Young (1993) define la resiliencia como una característica positiva de la personalidad que permite enfrentar y sobrellevar dificultades o situaciones adversas, volviéndose más fuerte, también define la resiliencia como la habilidad de una persona para confrontar, superar y fortalecerse ante la adversidad, es fundamental señalar que se compone de procesos sociales e intrapsíquicos que permiten llevar una vida saludable, caracterizándose por desarrollarse en un tiempo específico.

La Teoría del rasgo de personalidad de Wagnild y Young, (1993) Señala que la resiliencia es un mecanismo clave en la vida humana, que reduce las repercusiones del estrés y facilita la adaptación, está compuesta por cinco componentes:

El primer componente denominado *ecuanimidad*, que permite tener una perspectiva de la vida basada en las situaciones experimentadas, manteniendo una actitud tranquila y el control de las emociones ante las dificultades (Wagnild y Young, 1993).

El segundo componente denominado *sentirse bien solo*, enfatiza la capacidad de

comprender que, como seres humanos, somos únicos y que a lo largo del tiempo experimentamos momentos que, en ocasiones, deben ser enfrentados de manera individual, ya que esto permite alcanzar un nivel de libertad (Wagnild y Young, 1993).

El tercer componente denominado *confianza en sí mismo*, que se refiere a la capacidad de autoconfianza y al reconocimiento de las propias fortalezas y debilidades. Esto propicia un autoconcepto positivo, lo que otorga seguridad y motiva a las personas a alcanzar sus metas establecidas (Wagnild y Young, 1993).

El cuarto componente denominado *perseverancia*, que se puede definir como la capacidad de mantenerse firme ante las crisis, motivado por el deseo de superación y la disciplina personal, este valor es fundamental en las acciones diarias de las personas, ya que desempeña un papel importante en la autoestima, lo que facilita el logro de objetivos personales (Wagnild y Young, 1993).

Finalmente, el quinto componente denominado *satisfacción personal*, se basa en la comprensión de que la vida posee un propósito y significado para cada individuo; además, resalta la importancia de valorar positivamente los eventos de la vida (Wagnild y Young, 1993).

En relación a las dimensiones de la resiliencia se detallan dos factores fundamentales e importantes, los cuales se detalla a continuación:

La primera dimensión denominada *competencia personal*, se basa en la capacidad de aceptación y adaptación a los cambios del ciclo vital y a las situaciones que están fuera de nuestro control, en tanto, los individuos que obtienen puntuaciones altas tienen la capacidad de tener una perspectiva positiva y aceptar la realidad de su vida, inclusive al afrontar la adversidad, así como también tienen la capacidad de mantener una homeostasis emocional y recuperarse con rapidez de las adversidades Wagnild (2009).

La segunda dimensión denominada *aceptación de uno mismo y de la vida*, abarca la autoeficacia y la autoconfianza para enfrentar dificultades, los individuos con una alta competencia personal creen en su habilidad para generar influencia en su entorno y así superar retos y dificultades, asimismo, poseen un sólido sentido de propósito en la vida y se consideran capaces en la toma de decisiones para alcanzar sus objetivos (Wagnild, 2009).

II. METODOLOGÍA

2.1. Enfoque, tipo

El enfoque de la investigación fue cuantitativo porque permite medir las variables mediante el uso de instrumentos o test estandarizados, luego realiza la aplicación de análisis estadísticos para determinar la relación de las variables de estudio con la finalidad de comprender y establecer un conjunto de conclusiones de interés para la investigación (Hernández y Mendoza, 2018).

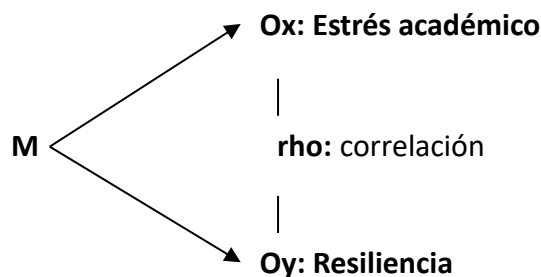
El tipo de investigación es básica o pura, ya que procura únicamente enriquecer la teoría científica que sirva de base para otras investigaciones, no tiene propósito inmediato de aplicación práctica ya que no busca intervenir en el entorno sino más bien comprenderlo y acrecentar su conocimiento (Baena, 2014).

2.2. Diseño de investigación

El diseño de estudio es no experimental, puesto que se desarrolla sin manipular premeditadamente las variables (Landeau, 2007), sino que, mediante la observación sin arbitraje se interpreta para llegar a una conclusión (Hernández y Mendoza, 2018). Simultáneamente, es de diseño transeccional o transversal ya que la recopilación de datos fue realizada en un momento y tiempo definido con el singular propósito de describir y analizar el efecto e interrelación de variables (Hernández et al., 2014).

El nivel de la investigación fue correlacional, ya que tiene como fin evidenciar el grado de asociación que existe entre las variables estrés académico y resiliencia en un contexto específico, basándose en métodos estadísticos para comprobar o rechazar una hipótesis (Hernández y Mendoza, 2018).

Esta investigación siendo correlacional, busca conocer, describir y relacionar las variables estrés académico (Ox) y resiliencia (Oy), cuyo esquema es:



M = Muestra conformada por estudiantes Preuniversitarios.

OX= Observaciones de la variable 1: Estrés académico.

OY= Observaciones de la variable 2: Resiliencia.

r = relación entre las variables (Coeficiente de Spearman).

2.3. Población, muestra y muestreo

Según Hernández et al. (2010) la población es el conjunto finito de elementos con características que se ajustan a los criterios requeridos y que representan un propósito para la investigación.

En tal sentido, la población finita estuvo compuesta por 710 estudiantes de una academia preuniversitaria de Huamanga, que cursan el periodo académico 2024-II, población que se encuentra netamente preparándose para postular y obtener una plaza en las distintas carreras profesionales este fin de año.

Respecto a los criterios de inclusión se consideró: 1) Estudiantes matriculados en el semestre. 2) Estudiantes que hayan firmado el consentimiento informado. 3) Estudiantes que hayan resuelto en su totalidad las prueba. Por lo contrario, se utilizaron criterios de exclusión basados en lo siguiente: 1) Estudiantes no matriculados en el semestre. 2) Estudiantes que no hayan firmado el consentimiento informado. 3) Estudiantes que resuelvan inadecuadamente las pruebas.

Según Arias (2021) refiere que la muestra hace referencia al subconjunto representativo que es extraído de la población de interés, manteniendo intactas las características requeridas para la investigación. En este sentido, la muestra estuvo constituida por 251 estudiantes de una Academia Preuniversitaria.

Para Arias (2021) el muestreo es un procedimiento que sirve para evidenciar la probabilidad que tiene cada integrante para conforma la muestra. Es así que, el muestreo de esta investigación fue de tipo no probabilístico por conveniencia, debido a que los estudiantes Preuniversitarios presentes durante la evaluación fueron suficientes para realizar la investigación y también cumplían los criterios de inclusión.

2.4. Técnicas e instrumentos de recojo de datos

La técnica utilizada fue la encuesta, según Zapata y Rondán (2016) es un grupo de técnicas para reunir datos de un determinado tema de forma sistematizada de forma directa o indirecta. (Meneses, 2016) El cuestionario consta de un cuerpo de preguntas direccionadas al objeto de estudio o de interés, que dan a conocer por medio de las respuestas emitidas la opinión pública de una sociedad, sus sensaciones y valores actuales en un número determinado de personas, ideal para modelos de investigación en relación a una variable o variables.

El presente estudio utilizó como primer test, el Inventario de Estrés Académico (SISCO) desarrollado originalmente por Barraza (2007) en México, adaptado por Caramantín (2021) en Perú. Dicha prueba psicométrica cuenta con 31 preguntas de las cuales, las dos primeras se consideran de prueba y los 29 restantes se encuentran agregadas en 3 dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, su uso es netamente para el ámbito académico y su aplicación es individual o colectiva con una duración de 15 minutos aproximadamente.

Los estudios originales del autor Barraza (2007) dio una confiabilidad general de $\alpha = 0.90$, también realizó una confiabilidad de sus dimensiones obteniendo los siguientes valores, estresores un $\alpha = 0.85$, síntomas $\alpha = 0.91$ y estrategias de afrontamiento $\alpha = 0.69$. En cuanto a su validez, se obtuvo mediante la prueba de esfericidad de Bartlett un valor de .000 que fue significativa y mediante el test KMO un valor de .762.

En cuanto a su adaptación Caramantín (2021) obtuvo una confiabilidad de $\alpha = 0.90$ y una Validez de 0.76 los cuales indicaron un alto grado de validez en la medición del estrés académico.

El segundo test, fue la Escala de Resiliencia (ER) desarrollado originalmente por Wagnild y Young (1993) en EEUU, adaptada por Gómez (2019) en Perú. Dicha prueba psicométrica cuenta con 25 preguntas, que se encuentran agregadas en 2 factores: el primer factor conocido como competencia personal y el segundo factor como aceptación de uno mismo, su uso es para todo ámbito y su aplicación es individual o colectiva con una duración de 15 minutos aproximadamente

Los estudios originales de los autores Wagnild y Young (1993) dio una confiabilidad

de consistencia interna con un valor de $\alpha = 0.91$, con el método testretest en un estudio longitudinal en mujeres embarazadas antes y después del parto se obtuvo valores de 0.67 a 0.84. En cuanto a su validez, se obtuvo mediante la prueba de esfericidad de Bartlett un valor de 0.01 ($p < 0.01$) que fue significativa.

En cuanto a su adaptación Gómez (2019) obtuvo una confiabilidad de $\alpha = 0.87$ y una Validez de 0.87 los cuales indicaron un alto grado de validez en la medición de la resiliencia.

2.5. Técnicas de procesamiento y análisis de la información

El procesamiento de datos se ejecutó mediante los Softwares MS Excel 2019 y SPSS V.27, haciendo uso de la estadística descriptiva e inferencial, en cuanto al uso de la estadística descriptiva se llevó a cabo para determinar los niveles de manifestación de ambas variables en la población objeto de estudio. En contraste, el uso de la estadística inferencial se llevó a cabo para obtener el nivel de correlación entre ambas variables, ello mediante el uso de la prueba de normalidad de Kolgomorov Smirnov que determinó el uso de la fórmula de Spearman Brown. A continuación, se realizó la discusión de los resultados obtenidos teniendo en cuenta la base teórica para finalmente sustentar dicho estudio.

2.6. Aspectos éticos en investigación

Antes de la realización del estudio y demás procedimientos requeridos, se solicitó permiso a la administración de la academia, luego se brindó información sobre el motivo de nuestra visita a los estudiantes para luego proceder con la firma del consentimiento y asentimiento informado a los mismos, a fin de cumplir las normas establecidas como premedita la profesión. (Colegio de Psicólogos del Perú Consejo Directivo Nacional, 2017)

Se explicó los procedimientos y solución de las pruebas en un lenguaje claro y sencillo para los evaluados (art. 49), a su vez, se brindó pruebas adaptadas y estandarizadas completamente validas, puesto que no había alteración de su fin (art. 45 y 46), por último, toda la información recaudada de cada uno de los evaluados fue mantenida bajo anonimato en compromiso de salvaguardar su identidad (art. 57).

Además, durante toda la investigación, se procuró cautelar el beneficio sobre los riesgos para los evaluados, puesto que su salud psicológica prevalecerá sobre los intereses del estudio, ello en honor al principio de beneficencia y no maleficencia (art. 25)

III. RESULTADOS

Tabla 1

Relación entre el Estrés Académico y la Resiliencia en estudiantes de una Academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024.

Prueba de Spearman		Resiliencia
	Rho	,122
Estrés Académico	p	,043
	n	251

Según refleja la tabla 1, la correlación de las variables es de ($Rho = 0,122$; $p < 0,05$), lo cual expresa que, las variables de estrés académico y resiliencia tiene una correlación positiva moderada significativa.

Tabla 2

Nivel de Estrés Académico en los estudiantes de una Academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024.

Nivel	f	%
Alto	135	53,8
Promedio	113	45,0
Bajo	3	1,2
Total	251	100,0

Según expresa la tabla 2, los datos indican que del total de estudiantes evaluados el 53.8% tiene un nivel alto de estrés académico, el 45% un nivel promedio y solo el 1.2% un nivel bajo; lo cual determina que la mayoría de los evaluados presentan estrés académico.

Tabla 3

Nivel de Resiliencia en los estudiantes de una Academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024.

Nivel	f	%
Alto	75	29,9
Moderado	115	45,8
Bajo	61	24,3
Total	251	100,0

Según expresa la tabla 3, los datos indican que el 45.8% de los estudiantes presentan un nivel moderado de resiliencia, el 29.9% un nivel alto y el 24.3% in nivel bajo, donde se describe que el mayor porcentaje de los participantes gozan de un nivel adecuado de resiliencia.

Tabla 4

Relación entre la dimensión Estresores y las dimensiones de la Resiliencia en estudiantes de una Academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024.

Prueba de Spearman	Competencia Personal	
	Rho	,150*
	p	,017
	n	251
Estresores	Aceptación de uno mismo y de la vida	
	Rho	,128*
	p	,043
	n	251

Según expresa la tabla 4, se evidencia que el ($Rho = 0,150^*$; $p < 0.05$), lo cual determina que existe una correlación positiva moderada significativa entre la dimensión estresores y competencia personal. Del mismo modo, se hallan los valores de ($Rho = 0,128^*$; $p < 0.05$), evidenciando que existe una correlación positiva moderada significativa entre la dimensión estresores y aceptación de uno mismo y de la vida.

Tabla 5

Relación entre la dimensión Síntomas y las dimensiones de Resiliencia en estudiantes de una Academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024.

Prueba De Spearman		Competencia Personal	
	Rho		,029
	P		,644
	N		251
Síntomas	Aceptación de uno mismo y de la vida		
	Rho		,062
	P		,328
	N		251

Según determina la tabla 5, se observa que el ($Rho=0,029$; $p>0.05$), demuestra que existe una correlación positiva débil no significativa entre las dimensiones de Síntomas y Competencia Personal. Asimismo, se hallan los valores de ($Rho=0,062$; $p>0.05$), demostrando que existe una correlación positiva débil no significativa entre las dimensiones de Síntomas y Aceptación de uno mismo y de la vida.

Tabla 6

Relación entre la dimensión Estrategias de Afrontamiento y las dimensiones de Resiliencia en estudiantes de una Academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024.

Prueba De Spearman	Competencia Personal	
		Rho
	p	,000
Estrategias de Afrontamiento	n	251
	Aceptación de uno mismo y de la vida	
	Rho	,198**
	p	,002
	n	251

Según expresa la tabla 6, se muestra que el ($Rho=0,369^{**}$, $p=0.000$), refleja que existe una correlación positiva moderada muy significativa entre las dimensiones Estrategias de Afrontamiento y Competencia Personal. Así mismo, se hallan los valores de ($Rho =0,198^{**}$, $p<0.05$), que reflejan que existe una correlación positiva moderada muy significativa entre las dimensiones Estrategias de Afrontamiento y Aceptación de uno mismo y de la vida.

IV. DISCUSIÓN

De acuerdo al objetivo general, el cual fue determinar la relación entre el estrés académico y la resiliencia en estudiantes de una academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024, los resultados evidencian que existe una correlación positiva moderada significativa entre ambas variables ya mencionadas, obteniendo los siguientes valores a través de la prueba de Rho de Spearman ($Rho = 0,122$; $p < 0,05$), lo cual sugiere que se acepta la hipótesis de la investigación, es decir, existe relación entre el estrés académico y la resiliencia en estudiantes de una academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024. Se obtuvieron resultados similares en el estudio de Corrales (2023) donde obtuvo una correlación positiva leve significativa de ($Rho = 0.231$, $p < 0,05$) entre el Estrés académico y su relación con la resiliencia en 120 adolescentes de entre 14 y 17 años de la ciudad de Salcedo Ecuador, por su parte Gutiérrez (2023) obtuvo una correlación inversa significativa de ($Rho = -0.545$; $p < 0.05$), entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de una institución educativa de Huamanga, 2023, por lo contrario Aquino (2023) en su investigación demostró que no existe correlación significativa con valores de ($Rho = 0.195$; $p > 0.05$), entre la resiliencia y estrés académico en estudiantes una universidad de Cusco.

Desde el punto de vista de Barraza (2006) el estrés académico es un proceso sistémico adaptativo que se evidencia solo en contextos académicos, con demandas que desembocan en un desequilibrio manifestado en un conjunto de síntomas, obligando al estudiante a ejecutar acciones de afrontamiento para poder restablecer el equilibrio, por su parte Wagnild y Young (1993) refieren que la resiliencia es una característica que ejerce la funcionalidad de regular los efectos provocados por el estrés e impulsa la adaptación ante las adversidades que surgen en la vida, por ende, si existe estrés académico se hará uso de la resiliencia como actor adaptativo regulador.

Respecto al objetivo específico 1, fue establecer el nivel de estrés académico en estudiantes de una academia preuniversitaria de huamanga, 2024, se evidenció que el 53.8% tiene un nivel alto de estrés académico, el 45% un nivel promedio y solo el 1.2% un nivel bajo, por ende, se rechaza la hipótesis planteada, puesto que, existe un predominio del nivel alto de estrés académico en estudiantes de una academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024. Se obtuvieron resultados iguales de Corrales (2023) donde se encontró que el 52,5% de los jóvenes evaluados tienen un nivel alto de estrés académico, estudios similares de Fiol

y Rimari (2022) hallan que el 41,3% de estudiantes tienen un nivel moderado de estrés académico, así mismo Mestanza (2024) descubrió que el 52% de universitarios tiene un nivel moderado de estrés académico. Desde la perspectiva de Barraza (2006) el estrés académico es un proceso netamente cognoscitivo, donde se efectúa la valoración de las demandas del entorno académico del individuo.

Respecto al objetivo específico 2. Fue estimar el nivel de resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de huamanga, 2024, los datos indican que el 45.8% de los estudiantes presentan un nivel moderado de resiliencia, el 29.9% un nivel alto y el 24.3% un nivel bajo, por ende, se acepta la hipótesis planteada, es decir, existe un predominio del nivel moderado de resiliencia en estudiantes de una academia Preuniversitaria de Huamanga, 2024. Se obtuvieron datos similares en el estudio de Gutiérrez (2023), donde se encontró que el 53.0% de los estudiantes tienen un nivel medio de resiliencia, por lo contrario Corrales (2023) se observó que el 46,7% de los jóvenes estudiados presentan un nivel bajo la de resiliencia, también Fiol y Rimari (2022) hallaron que el 41,3% de la población estudiada muestra un nivel bajo de resiliencia. Desde la perspectiva de Gámbaro (2020) describe la resiliencia como la habilidad de ajustarse de manera apropiada suscitando un cambio positivo en presencia de situaciones adversas.

En cuanto al objetivo específico 3, fue evidenciar la relación entre la dimensión estresores con las dimensiones de la resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de huamanga, 2024, se determinó que existe una correlación positiva moderada significativa entre los estresores y las dimensiones de la resiliencia; competencia personal siendo ($Rho = 0,150^*$; $p < 0.05$) y aceptación de uno mismo y de la vida siendo ($Rho = 0,128^*$ y $p < 0.05$), por ende, se acepta la hipótesis planteada, es decir, existe predominio del nivel alto de resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de huamanga, 2024. Por lo contrario Fiol y Rimari, (2022) evidencio una relación inversa baja entre la variable resiliencia y la dimensión de estresores con un ($Rho = -,320^{**}$ y $p = 0,000$) en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público en tiempos de pandemia Jauja-2022, así mismo Aquino (2023) encontró que no hay correlación entre las variables resiliencia y estresores académicos con un valor que asciende a ($rho = 0.122$ y $p > 0.05$) en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

A partir de los resultados obtenidos se infiere que la percepción intrínseca del entorno es sometida a una valoración propia que conlleva a la interpretación de un evento como estresor o no, este mismo mecanismo de valoración interna situacional será utilizado en la resolución de la misma. Barraza (2006)

En cuanto al objetivo específico 4, fue hallar la relación entre la dimensión síntomas con las dimensiones de la resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de huamanga, 2024, se identificó una correlación positiva débil no significativa entre los síntomas y las dimensiones de la resiliencia; competencia personal siendo ($Rho=0,129$; $p>0.05$) y aceptación de uno mismo y de la vida siendo ($Rho=0,062$; $p>0.05$), por ende, se rechaza la hipótesis planteada, es decir, existe relación significativa entre la dimensión síntomas con las dimensiones de la resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de huamanga, 2024. Por lo contrario, Fiol y Rimari (2022), hallaron una relación inversa y moderada entre resiliencia y la dimensión síntomas con un valor de ($Rho=-,413^{**}$ y $p >,000$) en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público en tiempos de pandemia Jauja-2022., Así mismo Aquino (2023) encontró que no hay correlación entre las variables resiliencia y síntomas de estrés académico con un valor que asciende a ($\rho = -0.087$ y $p > 0.05$) en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

Barraza (2005) refiere teóricamente que el estrés académico se evidencia en un conjunto de síntomas que en su medida se manifestarán en relación a la presión inmersa que esté sometido el individuo, así mismo en su idiosincrasia, en este sentido es primordial señalar que estas dimensiones están encargadas de la regulación intrínseca repercutiendo la manifestación de los síntomas físicos, psicológicos o conductuales de igual forma.

Por último, el objetivo específico 5, fue describir la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con las dimensiones de la resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de huamanga, 2024, se estableció una correlación positiva moderada muy significativa entre las estrategias de afrontamiento y las dimensiones de la resiliencia; competencia personal siendo ($Rho=0,369^{**}$, $p=0.000$) y aceptación de uno mismo y de la vida siendo ($Rho = 0,198^{**}$, $p<0.05$), por ende, se acepta la hipótesis planteada, es decir, existe relación significativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento con las dimensiones de la resiliencia en estudiantes de una academia

preuniversitaria de huamanga, 2024. Asimismo, Aquino (2023) encontró que hay una relación positiva, baja y significativa cuyos valores ascienden a ($\rho = 0.308$ y $p < 0.05$) en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022. Por lo contrario, Fiol y Rimari (2022) hallaron que hay una relación inversa y moderada entre la resiliencia y la dimensión estrategias de afrontamiento cuyo valor asciende a ($\rho = -0.437$, $p = 0.000$) en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público en tiempos de pandemia Jauja-2022.

De acuerdo a las bases teóricas las estrategias de afrontamiento constituyen un conjunto de procesos que desencadenan estímulos estresores del entorno en el estudiante, el cual efectuara estrategias a fin de disminuir y autorregularse. Nowack (1989) es así que las dimensiones de competencia personal y la aceptación de uno mismo y de la vida se encuentran arraigadas en el mismo sentido de buscar la homeostasis del estudiante.

V. CONCLUSIONES

Según los resultados adquiridos en el estudio, se concluye que:

- Se evidenció una correlación positiva moderada significativa entre las variables estrés académico y resiliencia ($Rho = 0,122$; $p < 0.05$).
- El nivel con mayor prevalencia de la variable estrés académico es el nivel alto con un 53.8% correspondiente a 135 estudiantes.
- El nivel con mayor prevalencia en la resiliencia es el nivel moderado con un 45.8% correspondiente a 115 estudiantes.
- Se determinó que existe una correlación positiva moderada significativa entre los estresores y las dimensiones de la resiliencia; competencia personal siendo ($Rho = 0,150^*$; $p < 0.05$) y aceptación de uno mismo y de la vida siendo ($Rho = 0,128^*$ y $p < 0.05$).
- Se identificó una correlación positiva débil no significativa entre los síntomas y las dimensiones de la resiliencia; competencia personal siendo ($Rho = 0,129$; $p > 0.05$) y aceptación de uno mismo y de la vida siendo ($Rho = 0,062$; $p > 0.05$).
- Se estableció una correlación positiva moderada muy significativa entre las estrategias de afrontamiento y las dimensiones de la resiliencia; competencia personal siendo ($Rho = 0,369^{**}$, $p = 0.000$) y aceptación de uno mismo y de la vida siendo ($Rho = 0,198^{**}$, $p < 0.05$).

VI. RECOMENDACIONES

En base a los resultados obtenidos después de la investigación, se proponen las siguientes recomendaciones:

- Se sugiere al gerente general de la academia preuniversitaria, contratar a profesionales en salud mental que pueda proporcionar asistencia oportuna a los estudiantes que estén experimentando estrés académico.
- Se recomienda al gerente general de la academia preuniversitaria, la elaboración de un plan de acción donde intervengan todos los actores educativos para un mejor abordaje situacional, puesto que, el presente estudio evidenció niveles altos y moderados de estrés académico en un total del 98.8% de la población estudiada, así mismo debe incluirse capacitaciones con el objetivo de que los actores educativos puedan identificar a aquellos estudiantes con índice de estrés académico.
- A la administradora de la academia, se sugiere realizar convenios con instituciones especializadas en la prevención y promoción de la salud mental, para realizar un trabajo multidisciplinario que promover una atención psicológica temprana y de calidad para los estudiantes.
- Al personal de salud mental, promover habilidades adaptativas que fomenten e impulsen los mecanismos utilizados por la resiliencia mediante actividades que permitan a los estudiantes demostrar y desarrollar mayores habilidades y capacidades, a fin de generar mejores herramientas de defensa y respuesta ante agentes estresores, puesto que el presente estudio evidenció niveles adecuados de resiliencia con un total del 75.7% de la población estudiada, ello sugiere aprovechar y fomentar el acrecentamiento de estas habilidades de resiliencia.
- A los dueños de la academia, se sugiere proporcionar ambientes e infraestructuras adecuadas, con un flujo de aire constante e ingreso de luz adecuado a fin que los estudiantes reciban clases en ambientes óptimos para el estudio, así mismo,

proporcionar áreas adecuadas para la dispersión, descanso e ingesta de comida para los estudiantes en horarios de reposo a fin que repongan energías.

- A futuros investigadores, realizar trabajos de investigación orientados al estudio del estrés académico y resiliencia a fin de acrecentar las bases teóricas de las mismas, se sugiere considerar factores sociodemográficos para brindar heterogeneidad al estudio, por ende, también la generación de un constructo comportamental de estas variables acorde a ello.

VII.REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alfonso Águila, Belkis, Calcines Castillo, María, Monteagudo de la Guardia, Roxana, y Nieves Achon, Zaida (2015). *Estrés académico*, EDUMECENTRO 7(2), 163-178. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013&lng=es&tlng=es.
- Aquino Cervantes, Y. U. (2023). *Resiliencia y estrés académico en estudiantes de la escuela de administración de la Universidad Andina de Cusco - filial Sicuani*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Norbert Wiener]. <https://hdl.handle.net/20.500.13053/10022>
- Arias Gonzales, J. (5 de junio 2021) *Diseño Y Metodología de Investigación*. https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf
- Armenta-Zazueta, L. A., Abundis de Leon, F., Zea Verdin, A., y Quiroz Campas, C. (2020). Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Revista Espacios*. <http://www.revistaespacios.com/a20v41n48/a20v41n48p30.pdf>
- Baena, G. (2014). *Metodología de la investigación*. Grupo Editorial Patria.
- Barraza, A. (2007). *El Inventario SISCO del Estrés Académico*. https://www.researchgate.net/publication/28175062_El_Inventario_SISCO_del_Estres
- Barraza, M. A. (2007). *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO estrés académico*. <https://www.psicologiacentifica.com/inventario-sisco-estres-academico-propiedadespsicometricas>
- Barraza Macías, A. (2010). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 9(3). <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/view/19028>
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: Definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11(3), <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.11.num.3.2006.4024>
- Bombon Laguna, T. P. y Gaibor Gonzalez, I. A. (2024). Resiliencia y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS*, 6(4), 131–140. <https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v6i4.1151>
- Caramantín, Y. (2021) *Validación y adaptación del inventario de SISCO del estrés académico en estudiantes de secundaria de la ciudad de Piura 2021*. [Tesis de

- Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo].
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/89420>.
- Cassaretto, M., Vilela, P. y Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *LIBERABIT Revista Peruana de Psicología*, 27(2), e482.
<https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>
- Colegio de Psicólogos del Perú Consejo Directivo Nacional. (2017). *Código de Ética y Deontología*. Colegio de Psicólogos del Perú. <https://www.cpsp.pe/codigo-de-etica-y-deontologia>.
- Corrales Fernández, H. G. (2022). Estrés Académico y su relación con la Resiliencia en Adolescentes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 10435-10449. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4140
- De la Fuente, J., López, M., Zapata, L., Martínez Vicente, J. M., Vera, M. M., Solinas, G. y Salvatore, F. (2014). *Competencia para estudiar y aprender en contextos estresantes: Fundamentos de la utilidad e-Afrontamiento del Estrés Académico*. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*.
<https://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/1643>
- Fiol Poma, F. C., y Rimari Seguil, A. S. (2022). *Resiliencia y estrés académico en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público en tiempos de pandemia Jauja-2022*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Los Andes].
<https://hdl.handle.net/20.500.12848/3785>
- Galvan, C. E., y Navarrete, P. A. (2024). *Estrés académico y resiliencia en estudiantes universitarios de educación de una universidad de Cerro de Pasco* [Tesis de Maestría, Universidad Femenina del Sagrado Corazón].
<http://hdl.handle.net/20.500.11955/1272>
- Gambaro, E., Mastrangelo, M., Sarchiapone, M., Marangon, D., Gramaglia, C., Vecchi, C., Airoldi, C., Mirisola, C., Costanzo, G., Bartollino, S., Baralla, F., y Zeppego, P. (2020). Resiliencia, trauma y desesperanza: factor protector o desencadenante de ¿El desarrollo de la psicopatología entre los inmigrantes? *Psiquiatría BMC*, 20(1), 358.
<https://doi.org/10.1186/s12888-020-02729-3>
- Gínez, J., Morán, C., y Urchaga, D. (2019). Resiliencia psicológica a través de la edad y el sexo. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*.
<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n1.v4.1513>

- Gomez, A. (2019). *Estandarización de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young en universitarios de Lima metropolitana*. Universidad Ricardo Palma.
- Gómez, D., Delgado, U., Martínez, F., Ortiz, M. y Avilés, R. (2021). Resiliencia, género y rendimiento académico en jóvenes universitarios del Estado de Morelos. *Revista Con Ciencia EPG*, 6(1), 36-51. <https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.6-1.3>
- Guevara Acosta, E. D. (2024) *Estrés académico y resiliencia en estudiantes del 4to año del nivel de secundaria en una institución educativa pública de Ayacucho, 2024*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/149280>
- Gutiérrez Castro, K. H. (2023). *Resiliencia y estrés académico en estudiantes de una Institución Educativa de Huamanga, 2023*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Trujillo]. <http://repositorio.uct.edu.pe/handle/123456789/3739>
- Hernández, R., y Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw-hill.
- Hernández-Sampieri, R. F.-C.-L. (2014). *Metodología de la investigación* (Sexta edición ed.). México D.F.: MCGRAW-HILL, Mexico: Interamericana Editores.
- Jiménez-Torres, MG, Martínez, MP, Miró, E., & Sánchez, AI (2012). Relación entre estrés percibido y estado de ánimo negativo: diferencias según el estilo de afrontamiento. *Anales de Psicología*, 28 (1), 28-36
- Kloster-Kantlen, G. E., y Perrotta, F. D. (2019). *Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná*. (Tesis de grado). Universidad Católica Argentina. Paraná, Argentina
- Landeau, R. (2007). *Elaboración de trabajos de investigación*. Editorial Alfa. https://books.google.com.ec/books?id=M_N1CzTB2D4C&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false
- Masten, A. (2001). Ordinary Magic: Resilience Processes in Development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Menéndez, A., Postigo, A., González, C., Cuesta, M., Fernández, R., Álvarez, M., García, E. y Muñiz, J. (2021). Resiliencia académica: la influencia del esfuerzo, las expectativas y el autoconcepto académico. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 53, 114-121. <https://doi.org/10.14349/rlp.2021.v53.13>
- Mestanza Muñoz, B. J. (2024). *Resiliencia y estrés académico en los estudiantes de la Facultad de Psicología de una Universidad Privada de Lima – 2023*. [Tesis de

- Licenciatura, Universidad Ricardo Palma]
<https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/7835>
- MINEDU (15 de octubre de 2019) *Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental.*
[https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental.](https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental)
- MINSA (23 de abril de 2023) *Casos de afecciones de salud mental incrementaron casi 20 % durante el 2022.* <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/747822-casos-de-afecciones-de-salud-mental-incrementaron-casi-20-durante-el-2022>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (21 de febrero de 2023). *Consecuencias del Estrés.* <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- Robles, G. (2024). *Estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes preuniversitarios de Lima Este.* [Tesis de Licenciatura, Universidad Federico Villareal]. <https://hdl.handle.net/20.500.13084/8477>
- Rodríguez Terán, R., y Cotonieto Martínez, E. (2022). Estrés académico y resiliencia en estudiantes mexicanos de nuevo ingreso de una universidad privada. *Educación y Salud Boletín Científico Instituto De Ciencias De La Salud Universidad Autónoma Del Estado De Hidalgo, 10(20)*, 153-159. <https://doi.org/10.29057/icsa.v10i20.7164>
- Ruíz, C. y Barraza, A. (2020). *Validación del inventario SISCO SV-21 en estudiantes universitarios españoles.* Centro de Estudios Clínica e Investigación Psicoanalítica S.C. https://issuu.com/revistacecip/docs/libro_20validaci_c3_93n_sisco-sv_ruiz
- Rutter, M. (2012). La resiliencia como concepto dinámico. *Desarrollo y Psicopatología, 24* (2), 335–344. doi:10.1017/S0954579412000028
- Tello, E., Pupo, R. y Leyva, D. (2021). Resiliencia y autorregulación del aprendizaje en estudiantes del primer ciclo de Psicología. *Repositorio institucional UTP, 20(2)*, 113-128. <https://hdl.handle.net/20.500.12867/4333>
- Tipismana, O. (2019). Factores de Resiliencia y Afrontamiento como Predictores del Rendimiento Académico de los Estudiantes en Universidades Privadas. *REICE. Revista Iberoamericana Sobre Calidad, Eficacia Y Cambio En Educación, 17(2)*. <https://doi.org/10.15366/reice2019.17.2.008>
- Uriarte Arciniega, J. d. (2005). *La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología.* <https://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf>
- Wagnild, G., y Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of the

- Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.
- Wagnild, G. (2009). Una revisión de la Escala de Resiliencia. *Revista de medición de enfermería*, 17(2), 105-113. <https://doi.org/10.1891/1061-3749.17.2.105>
- Voices y Worldwide Independent Network of Market Research (24 de noviembre de 2023). *Estado anímico de los habitantes de los distintos países de América Latina*. Infobae. <https://www.infobae.com/salud/2023/10/11/argentina-y-peru-son-los-paises-con-mas-altos-niveles-de-estres-de-la-region-segun-un-informe-global/>
- Zumba Tello, D. (2021). *Afectividad, Regulación Emocional, Estrés y Salud Mental en adolescentes del Ecuador en tiempos de pandemia*. <https://doi.org/10.21134/pssa.v10i1.801>

<p>¿Cuál es la relación entre la dimensión estresores con las dimensiones de la resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de huamanga, 2024?</p>	<p>Existe relación significativa entre la dimensión estresores con las dimensiones de la resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de huamanga, 2024.</p>	<p>Evidenciar la relación entre la dimensión estresores con las dimensiones de la resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de huamanga, 2024.</p>	<p>Barraza (2007) Adaptado por Caramantín (2021). Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993) adaptada por Gómez (2019).</p>
<p>¿Cuál es la relación entre la dimensión síntomas con las dimensiones de la resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de huamanga, 2024?</p>	<p>Existe relación significativa entre la dimensión síntomas con las dimensiones de la resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de huamanga, 2024.</p>	<p>Hallar la relación entre la dimensión síntomas con las dimensiones de la resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de huamanga, 2024.</p>	
<p>¿Cuál es la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con las dimensiones de la resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de huamanga, 2024?</p>	<p>Existe relación significativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento con las dimensiones de la resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de huamanga, 2024.</p>	<p>Describir la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con las dimensiones de la resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de huamanga, 2024.</p>	

Anexo 2: Instrumentos de recolección de la información

INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO (SISCO) DE BARRAZA					
Lea y responda:					
1. Durante el transcurso de este semestre ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?					
Sí () No ()					
2. Con la idea de tener mayor precisión, se utiliza una escala del 1 al 5, donde 1 es poco y 5 mucho, señale su nivel de preocupación o nerviosismo:					
1	2	3	4	5	
POCO				MUCHO	
3. En el siguiente cuadro señala con una X con qué frecuencia te INQUIETARON las siguientes situaciones:					
ENUNCIADOS	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
3.1.- La competencia con los compañeros del grupo.					
3.2.- Sobrecarga de tarea y trabajos personales.					
3.3.- La personalidad y carácter del profesor.					
3.4.- Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.).					
3.5.- El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.).					
3.6.- No entender los temas que se abordan en la clase.					
3.7.- Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.).					
3.8.- Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
4.1.- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).					

	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
4.2.- Fatiga crónica (cansancio permanente).					
4.3.- Dolores de cabeza o migrañas.					
4.4.- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
4.5.- Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
4.6.- Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
4.7.- Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
4.8.- Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).					
4.9.- Ansiedad, angustia o desesperación.					
4.10.- Problemas de concentración.					
4.11.- Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.					
4.12.- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.					
4.13.- Aislamiento de los demás.					
4.14.- Desgano para realizar las labores escolares.					
4.15.- Aumento o reducción del consumo de alimentos.					
5.1.- Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
5.2.- Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.					
5.3.- Elogios a sí mismo.					
5.4.- La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).					
5.5.- Búsqueda de información sobre la situación.					
5.6.- Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).					

ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD & YOUNG

Instrucciones: Por medio de este cuestionario, se busca conocer su forma y frecuencia de actuar ante determinadas circunstancias, conteste a cada una de las preguntas marcando con un aspa (X) en la casilla que mejor represente la frecuencia en que sucede, no existe respuesta buena ni mala.

ENUNCIADOS	Totalmente desacuerdo				Totalmente de acuerdo			
1. Cuando planeo algo lo realizo.								
2. Soy capaz de resolver mis problemas.								
3. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.								
4. Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo.								
5. Si debo hacerlo puedo estar solo(a).								
6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida.								
7. Generalmente me tomo las cosas con calma.								
8. me siento bien conmigo mismo(a).								
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.								
10. Soy decidido(a).								
11. soy amigo de mi mismo.								
12. Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.								
13. Considero cada situación de manera detallada.								
14. Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.								
15. Soy autodisciplinado(a).								

	Totalmente desacuerdo				Totalmente de acuerdo			
16. Por lo general encuentro de que reírme.								
17. La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles.								
18. En una emergencia soy alguien en quien pueden confiar.								
19. Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.								
20. A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no.								
21. Mi vida tiene sentido.								
22. No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.								
23. Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.								
24. Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.								
25. Acepto que hay personas a las que no les agrado.								

Anexo 3: Ficha técnica

Nombre original del instrumento:	Inventario sistémico cognoscitivo de estrés académico (SISCO)
Autor y año:	Original: Barraza (2007) Adaptación: Yenifer Paola Caramantín Benites (2021).
Objetivo del instrumento:	Medir el nivel de estrés académico.
Usuarios:	Adolescentes y adultos que cursan algún programa de estudio.
Forma de administración o modo de aplicación:	Individual o colectiva.
Validez:	Los estudios originales dieron una validez de .000 mediante la prueba de esfericidad de Bartlett un valor que fue significativo y mediante el test KMO un valor de .762 (Barraza, 2007). En cuanto a su adaptación, y una Validez de 0.76, los cuales indicaron un alto grado de validez en la medición del estrés académico (Caramantín, 2021).
Confiabilidad:	Los estudios originales dieron una confiabilidad general de $\alpha= 0.90$, también realizo una confiabilidad de sus dimensiones obteniendo los siguientes valores, estresores un $\alpha= 0.85$, síntomas $\alpha= 0.91$ y estrategias de afrontamiento $\alpha= 0.69$ (Barraza, 2007). En cuanto a su adaptación se obtuvo una confiabilidad de los ítems y factores de evaluación de $\alpha= 0.90$ (Caramantín, 2021).

Nombre original del instrumento:	Escala de Resiliencia
Autor y año:	Original: Wagnild, G. Young, H. (1993) Adaptación: Mario Alejandro Gómez Chacaltana (2019)
Objetivo del instrumento:	Medir el nivel de resiliencia en adolescentes y adultos.
Usuarios:	Adolescentes y adultos a partir de los 12 años de edad.
Forma de administración o modo de aplicación:	Individual o colectiva.
Validez:	Los estudios originales dieron una validez de 0.01 ($p < 0.01$) mediante la prueba de esfericidad de Bartlett un valor que fue significativo (Wagnild y Young, 1993). En cuanto a su adaptación, se obtuvo una validez de 0.87 los cuales indicaron un alto grado de validez en la medición de la resiliencia. (Gomez, 2019).
Confiabilidad:	Los estudios originales dieron una confiabilidad de consistencia interna con un valor de $\alpha = 0.91$ con el método test-retest en un estudio longitudinal en mujeres embarazadas antes y después del parto se obtuvo valores de 0.67 a 0.84 (Wagnild y Young, 1993), en cuanto a su adaptación se obtuvo una confiabilidad de los ítems y factores de evaluación de $\alpha = 0.87$ (Gómez, 2019).

Anexo 4: Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	INSTRUMENTO	ESCALA
Estrés académico	Es un proceso sistémico, dotado de un carácter adaptativo psicológico, evidenciado solo cuando una persona se ve relacionado en contextos netamente académicos, en las cuales emergen demandas que son considerados estresores; que desembocan en un desequilibrio sistemático, que se muestra manifestado en un conjunto de síntomas, obligando al estudiante a ejecutar acciones de afrontamiento para poder restablecer el equilibrio sistémico antes dañado (Barraza, 2007).	El estrés académico fue medido a través del Inventario Sistémico Cognitivista de Estrés Académico de Barraza (2007), está compuesta por 29 ítems, distribuida en 3 dimensiones y 9 indicadores.	Estresores	Actividades escolares. Situaciones estresantes	3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 3.7 y 3.8.	Inventario Sistémico Cognitivista de Estrés Académico de Barraza (2007).	Ordinal
			Síntomas	Físicos. Psicológicos. Conductuales.	4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5, 4.6, 4.7, 4.8, 4.9, 4.10, 4.11, 4.12, 4.13, 4.14 y 4.15.		
			Estrategias de afrontamiento	Planificación. Elogios. Espiritualidad. Información.	5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 5.5 y 5.6.		

Resiliencia	Es una característica de la personalidad que ejerce la funcionalidad de regular los efectos provocados por el estrés e impulsa la adaptación ante las adversidades que surgen en la vida (Wagnild y Young, 1993, p. 168).	La resiliencia fue medida a través de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993), compuesta de 25 ítems, distribuida en 2 factores y 5 indicadores.	Competencia personal	Perseverancia. Sentirse bien solo. Confianza en sí mismo.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 10, 13, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 23 y 24	Escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993).	Ordinal
			Aceptación de uno mismo y de la vida	Ecuanimidad. Satisfacción personal.	7, 8, 11, 12, 16, 21, 22 y 25.		

Anexo 5: Prueba de normalidad

Pruebas de normalidad			
Kolmogorov-Smirnov ^a	Estadístico	gl	Sig.
Estrés Académico	,075	251	,002
Resiliencia	,080	251	,000
Estresores	,099	251	,000
Síntomas	,067	251	,008
Estrategias de Afrontamiento	,072	251	,003
Competencia Personal	,090	251	,000
Aceptación de uno mismo y de la vida	,072	251	,003

Anexo 6: Solicitud para aplicación de tesis e instrumentos de investigación



"AÑO DEL BICENTENARIO DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA Y DE LA
CONMEMORACIÓN DE LAS HERÓICAS BATALLAS DE JUMÍN Y AYACUCHO"

Trujillo, 17 de octubre del 2024

CARTA N°676-2024/UCT-FCS

Srta. Maria Isabel Chávez Remón
Administradora
Academia Preuniversitaria Falcons

De mi especial consideración:

Expreso a usted un cordial saludo a nombre de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Trujillo "Benedicto XVI", además de agradecer su apoyo y confianza con nuestra casa Superior de Estudios.

Es oportuno presentar a los Bachilleres del Programa de Estudios de Psicología, a fin de que aplique sus instrumentos: Escala de Resiliencia de Wagnild y Yung e Inventario Sistemático Cognitivista de Estrés Académico (SISCO) de Barraza, de la investigación titulada: **"RELACIÓN ENTRE ESTRÉS ACADÉMICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA DE HUAMANGA, 2024"** donde Ud. tan dignamente dirige:

- REMON ALCARRAZ, MARCOS EUGENIO – DNI 70344777
- AGUILAR DELAO, ERIKA – DNI 76850661

Sin otro particular y agradeciendo por su atención a la presente, me despido expresándole las muestras de consideración y estima.

Atentamente,



Anita Campos Márquez
Dra. Anita Jeanette Campos Márquez
Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud

Anexo 7: Carta de autorización emitida por la entidad que faculta el recojo de datos

AUTORIZACIÓN DE USO DE INFORMACIÓN DE LA INSTITUCIÓN

Yo: María Isabel, Chávez Remón, identificado con DNI N° 70270204, en calidad de administradora de la Academia Preuniversitaria "Falcons", ubicado en la Av. Ramón Castilla 406 de la ciudad de Huamanga Ayacucho.

OTORGO LA AUTORIZACIÓN,

A los Bachilleres: Aguilar Delao, Erika con DNI N° 76850661, y Remón Alcarraz, Marcos Eugenio con DNI N° 70344777 del Programa de Estudios de Psicología, para que lleve a cabo su investigación denominado **"Estrés académico y Resiliencia en estudiantes de una academia preuniversitaria de Huamanga, 2024"** en la institución, en donde los alumnos participen de manera voluntaria. La investigación se llevara a cabo durante el periodo que se acuerde mutuamente, y se utilizarán los instrumentos de recolección de datos que los investigadores han propuesto, **el Inventario de Estrés Académico SISCO de Barraza y la Escala de Resiliencia (ER) Wagnild y Young**, de 29 y 25 ítems respectivamente.

Se brinda el compromiso para facilitar el acceso necesario a la institución y a los estudiantes, para proporcionar datos relevantes que se necesiten para la realización de la investigación. Asimismo garantizamos que la información recogida será tratada de manera confidencial y se utilizara única y específicamente con fines académicos.

Atentamente,



Srta. María Isabel Chávez Remón
DNI N° 70270204
Administradora.

Anexo 8:

Consentimiento Informado

Estimado participante:

Por medio de este documento, se solicita su colaboración en este estudio, de acceder se le pedirá responder preguntas de dos cuestionarios, los cuales deberá leer y marcar, ello le tomará alrededor de 20 minutos.

Su participación es estrictamente voluntaria, toda información recaudada será confidencial y no se usará para ningún otro propósito adyacente al estudio, así mismo se mantendrán anónimas.

Desde ya le agradecemos su participación.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona.

Firma del Participante

Anexo 9: Reporte de Turnitin

turnitin Aguilar y Remón

INFORME DE ORIGINALIDAD

16%	19%	10%	18%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.uct.edu.pe Fuente de Internet	5%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	4%
3	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	3%
4	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad Católica de Santa María Trabajo del estudiante	1%
6	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Universidad Peruana Los Andes Trabajo del estudiante	1%
8	Submitted to uncedu Trabajo del estudiante	1%
9	repositorio.unife.edu.pe Fuente de Internet	