

# estres, ansiedad y rendimiento academico

*por* Iris Paola Paredes Valera

---

**Fecha de entrega:** 12-jun-2023 09:00a.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2114520080

**Nombre del archivo:** TESIS\_APROBADA\_PAOLA\_2023.docx (1.76M)

**Total de palabras:** 9223

**Total de caracteres:** 50833

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO**  
**BENEDICTO XVI**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**PROGRAMA DE ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA**



**ESTRÉS, ANSIEDAD Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN**  
**ESTUDIANTES DE LA I. E. FÉ Y ALEGRIA N° 46, IQUITOS -2022**  
**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL**  
**DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**AUTORA:**

Br. Iris Paola Paredes Valera  
ORCID 0000-0001-9078-1485

**ASESORA:**

Mg. Silvia Katherine Chang León  
ORCID: 0000-0002-5232-0546

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

Salud Psicológica y relaciones familiares

**TRUJILLO-PERÚ**

**2022**

# estres, ansiedad y rendimiento academico

## INFORME DE ORIGINALIDAD

11%

INDICE DE SIMILITUD

12%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

3%

TRABAJOS DEL  
ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="http://repositorio.uct.edu.pe">repositorio.uct.edu.pe</a> Fuente de Internet	4%
2	<a href="http://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	2%
3	<a href="http://repositorio.uladech.edu.pe">repositorio.uladech.edu.pe</a> Fuente de Internet	2%
4	<a href="http://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
5	<a href="http://repositorio.unapiquitos.edu.pe">repositorio.unapiquitos.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
7	<a href="http://repositorio.upch.edu.pe">repositorio.upch.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
8	<a href="http://repositorio.uap.edu.pe">repositorio.uap.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%

## **AUTORIDADES UNIVESITARIAS**

**Mons. Dr. Héctor Miguel Cabrejos Vidarte, O.F.M.**

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

**Mons. Dr. Héctor Miguel Cabrejos Vidarte, O.F.M.**

Rector de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

**Dra. Silvia Ana Valverde Zavaleta**

Vicerrectora académica

**Dra. Mariana Geraldine Silva Balarezo**

Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud

**Dr. Carlos Alfredo Cerna Muñoz, PhD.**

Vicerrector de Investigación

**Mg. José Andrés Cruzado Albarrán**

Secretario General

## **CONFORMIDAD DEL ASESOR**

Yo, Silvia Katherine Chang León, docente de la Escuela de Psicología Facultad de Ciencias De la Salud de la Universidad Católica De Trujillo, asesor(a) de la tesis titulada: ESTRÉS, ANSIEDAD Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA I. E. FÉ Y ALEGRIA N0 46, IQUITOS -202, de la autora Iris Paola Paredes Valera egresada del Taller de Investigación constato que la investigación reúne los requisitos tanto técnicos como científicos y corresponden con las normas establecidas en el reglamento de titulación de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI y en la normativa para la presentación de trabajos de graduación.

He revisado dicho trabajo y otorgo la autorización de la presentación del mismo ante el organismo pertinente para que sea sometido para evaluación por los jurados asignados por la Universidad.

Silvia Katherine Chang Leon

## **DEDICATORIA**

Dedico esta tesis a mi querida madre Nora Cristina Valera Ríos Vda de Paredes, a quien tengo una gran devoción, amor y respeto; por sus múltiples enseñanzas y consejos a lo largo del camino.

A mis hermanos e hijos, por motivarme constantemente y sobre todo por creer que siempre es posible alcanzar las más altas metas, a todos ellos; Ronald, Randy, Nohat Mayno Paredes Valera, Anjali Antonella Guerrero Paredes y Alejandro Frederic Guerrero Paredes, son lo más preciado y amado que tengo en mi vida.

A mis Docenes y tutores, que a lo largo de mi formación académica universitaria me instauraron a preservar con mucho ímpetu perseverancia, disciplina, pasión y optimismo; ya que, siempre es posible lograr los más altos ideales, a todos y cada uno de ellos muchas gracias

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a las autoridades de la institución educativa por brindarme las facilidades para realizar satisfactoriamente mi investigación, y a los alumnos que estuvieron dispuestos a colaborar con todo el proceso de recolección de datos.

## **DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD**

Yo, Iris Paola Paredes Valera con DNI 05407746 egresada del Programa de Estudios de Psicología de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, doy fe que he seguido rigurosamente los procedimientos académicos y administrativos emanados por la Facultad de Ciencias de la Salud, para la elaboración y sustentación del trabajo de investigación titulado: “ESTRÉS, ANSIEDAD Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA I. E FÉ Y ALEGRIA N<sup>o</sup> 46, IQUITOS -2020”, el cual consta de un total de 54 páginas, en las que se incluye 04 tablas y 04 gráficos, más un total de 07 páginas en apéndices y/o anexos.

Certifico la autenticidad y originalidad de la presente investigación y declaro bajo juramento en razón a los requerimientos éticos, que el contenido de dicho documento, corresponde a mí autoría respecto a redacción, organización, metodología y diagramación. Asimismo, garantizo que los fundamentos teóricos están respaldados por el referencial bibliográfico, asumiendo un mínimo porcentaje de omisión involuntaria respecto al tratamiento de cita de autores, lo cual es de mi entera responsabilidad.

Se declara también que el porcentaje de similitud o coincidencia es de 21%, el cual es aceptado por la Universidad Católica de Trujillo.

Iris Paola Paredes Valera

DNI 05407746



## ÍNDICE DE CONTENIDO

Autoridades universitarias .....	ii
Conformidad del asesor .....	iii
Dedicatoria .....	iv
Agradecimiento .....	v
Declaratoria de autenticidad .....	vi
Índice de contenido .....	vii
Índice de tablas .....	viii
Índice de gráficos .....	ix
RESUMEN .....	x
ABSTRACT .....	xi
I. INTRODUCCION.....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
II. METODOLOGÍA.....	16
2.1. Objeto de estudio.....	16
2.2. Instrumentos, técnicas, equipos de laboratorio de recojo de datos.....	18
2.3. Análisis de la información .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
2.4. Aspectos éticos de la investigación .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
III. RESULTADOS .....	19
IV. DISCUSION.....	23
VI. CONCLUSIONES.....	25
VI. RECOMENDACIONES .....	26
VII. REFERENCIAS .....	27
ANEXOS	
Anexo 1: Instrumentos de recolección de la información	
Anexo 2: Consentimiento informado	
Anexo 3: Matriz de categorías y subcategorías	
Anexo 4: Prueba de normalidad	
Anexo 5: Porcentaje de Turnitin	

## Índice de Tablas

<b>Tabla 1:</b> Distribución de estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos – 2022.....	20
<b>Tabla 2:</b> Nivel de estrés en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos – 2022.....	20
<b>Tabla 3:</b> Nivel de ansiedad en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46 Iquitos – 2022.....	21
<b>Tabla 4:</b> Nivel de rendimiento escolar en estudiantes de la I.E Fe y Alegría, Iquitos – 2022.....	22
<b>Tabla 5:</b> Relación entre estrés, ansiedad y rendimiento escolar en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos – 2022.....	23

## Índice de Gráficos

<b>Gráfico 1:</b> Nivel de estrés en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos – 2022.....	20
<b>Gráfico 2:</b> Nivel de ansiedad en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos – 2022.....	21
<b>Gráfico 3:</b> Nivel de rendimiento escolar en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos – 2022.....	22

## RESUMEN

La presente investigación, tuvo como objetivo determinar la relación entre estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N46, en la ciudad de Iquitos - 2022. El estudio fue de tipo descriptivo-correlacional, de diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 100 estudiantes de 3ro al 5to de educación secundaria de la Institución Educativa N° 46 Fe y Alegría de la ciudad de Iquitos. Para la recolección de datos se aplicó la Escala de depresión, ansiedad y estrés DASS-21; así mismo, se solicitó las notas de los estudiantes con las autoridades de la institución educativa. El procesamiento de la información se realizó mediante el programa estadístico SPSS 22. Los resultados determinaron que existe una relación negativa entre la variable de rendimiento académico y ansiedad, con un  $\text{Pho} = -.460 < .001$ ; asimismo, se encontró relación entre rendimiento académico y estrés con un  $\text{Pho} = -.421 < .001$ . En relación a los niveles de estrés, el 56% de los estudiantes se ubicaron en un nivel moderado, el 30% en un nivel severo y solo el 14% en un nivel leve en relación a la variable ansiedad; el 48% de los estudiantes se encuentran en un nivel moderado, el 34% en un nivel severo, el 23% en un nivel leve y solo un 5% en nivel extremadamente severo; y finalmente en relación a la variable rendimiento, el 64% de los estudiantes tuvieron un rendimiento bajo, el 26% se ubicó en un nivel medio y solo el 10% destacó, obteniendo un nivel alto.

Palabras Claves: Estrés, Ansiedad, Rendimiento Académico

## **ABSTRACT**

The objective of this research was to determine the relationship between stress, anxiety and academic performance in students of the I.E Fe y Alegria N° 46, in the city of Iquitos - 2022. The study was descriptive-correlational, with a non-experimental cut-off design. cross. The sample consisted of 100 students from 3rd to 5th grade of secondary education from Educational Institution No. 46 Fe y Alegria in the city of Iquitos. For data collection, the DASS-21 Depression, Anxiety and Stress Scale was applied; Likewise, the students' notes were requested from the authorities of the educational institution. Information processing was performed using the statistical program SPSS 22. The results determined that there is a negative relationship between the variable of academic performance and anxiety, with a  $Pho = -.460 < .001$ ; subsequently, a relationship was found between academic performance and stress with a  $Pho = -.421 < .001$ . In relation to stress levels, 56% of the students were located at a moderate level, 30% at a severe level and only 14% at a mild level in relation to the anxiety variable; 48% of the students are at a moderate level, 34% at a severe level, 23% at a mild level and only 5% at an extremely severe level; and finally in relation to the performance variable, 64% of the students had a low performance, 26% were at a medium level and only 10% stood out, obtaining a high level.

Keywords: Stress, Anxiety, Academic Performance

## I. INTRODUCCION

La pandemia marco en la sociedad un antes y después de los patrones establecidos, desde los protocolos de bioseguridad hasta las formas de comunicación; el ámbito escolar no ha sido la excepción. Los alumnos han tenido que pasar más de dos años en confinamiento y esto ha provocado afecciones psicológicas, producto de la nueva metodología de enseñanza y de diversos factores involucrados en el aprendizaje. Las principales situaciones generadoras de estrés fueron la "*sobrecarga académica*", "*la falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas*" y ello provocó bajo rendimiento académico y por ende notas desaprobatorias en todo el ciclo escolar (Chacón, 2020).

En los últimos años, se ha logrado investigar cuales son los problemas psicológicos en los adolescentes. Es así que; la Organización Panamericana de la Salud [OPS] (2017) en su estudio recalcó, que entre los problemas de salud mental con mayor incidencia en América Latina se encuentra la ansiedad, la cual tiene una prevalencia de por lo menos 12 millones, dicho cuadro es sufrido por una parte de la población latina significativa con valores de entre 9.3 % y 16.1% siendo los más afectados los niños y adolescentes con un 82,2% quienes lo padecen.

Asociación Americana de Psiquiatría [APA, 2014] describió a la ansiedad como una intranquilidad exagerada y difícil de controlar o sosegar que surge por pensamientos recurrentes sobre una misma idea, situación o conclusión propia de quien lo padece, y que tiene manifestaciones a nivel psíquico y físico-corporal, en el caso de los menores con un solo criterio; ya sea esa sensación de percibirse atrapado, el cansancio o la poca energía, ensimismarse, irritarse, contracturas musculares o insomnio puede determinar la presencia de este problema.

Jadue (2001) describió algunos efectos de la ansiedad en el rendimiento escolar donde precisa que las facultades principales que intervienen en los procesos de pensamiento como la atención y concentración se ven disminuidas en niños que sufren de ansiedad, debido a que el sistema nervioso se encuentra en alerta, el foco principal se dirige a la huida como medida de autoprotección y no a la clase en curso, esto afecta directamente al rendimiento escolar de los menores.

Asimismo, otro aspecto que involucra el bajo rendimiento académico, es el estrés, denominado como una enfermedad transitoria psíquica generada por un agente externo que provoca exacerbación, debido a que el sistema vegetativo está listo para responder, el estrés presenta en el ser humano la necesidad más primitiva de autopreservación sin embargo en lugares donde el riesgo no es evidente genera una interferencia en el desarrollo adaptativo del ser humano Organización Mundial de la Salud [OMS, 2018].

El fondo de las naciones unidas para la infancia [UNICEF, 2021] reportó que la séptima parte de la población infantil ha sufrido estrés, es entonces uno de los problemas más saltantes por lo que atraviesan los niños, y que se ha convertido en un común denominador de otros problemas subyacentes, los que se han visto exacerbados por la pandemia del Covid 19, trayendo consigo efectos psicossomáticos en la salud.

En el Perú, el ministerio de educación [MINEDU, 2020] comunicó que tras una evaluación de las capacidades de aprendizaje durante la pandemia, los niños no habrían podido lograr cumplir los contenidos estipulados en su año escolar; por lo cual, al año siguiente tendría la oportunidad de recuperar el aprendizaje eclipsado por la pandemia, muchos interpretaron esto como una aprobación automática, debido a las facilidades para no cursar los primeros grados de educación inicial, los cuales son la base del aprendizaje debido a que además de brindar los primeros saberes para la vida, también adiestran en habilidades sociales.

En la actualidad, la ansiedad y estrés están catalogados como cuadros clínicos comunes debido a su alta incidencia en la salud mundial. El Perú, se encuentra dentro los países que presenta mayor porcentaje de padecimiento, por lo que es importante realizar tamizaje de la población para mapear los grupos de riesgo, esos problemas o solo inciden en la salud, sino que en el ámbito escolar dificultan el aprendizaje e inciden en el rendimiento escolar.

Es por ello que, esta investigación aborda el estrés, la ansiedad y el rendimiento escolar, siendo socialmente relevante en el ámbito educativo el cual es un problema para el desarrollo del país y los niños quienes son el futuro del país, aportando no solo información relevante sino concientizando a la población para un cambio, permitiendo elaborar estrategias para mejorar el rendimiento escolar y construir una educación de calidad.

En función al análisis de la problemática descrito se planteó la siguiente interrogante, ¿Existe relación entre estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la IE Fe y Alegría N° 46, Iquitos - 2022?

Asimismo, se planteó el objetivo general de la investigación determinar la relación entre estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos – 2022, y los objetivos específicos fueron, identificar el nivel de estrés, ansiedad y rendimiento escolar en estudiantes de la I.E Fé y Alegría, Iquitos – 2022.

A partir de esto, ésta investigación se justifica a nivel teórico, pues permitirán mejorar y profundizar en la comprensión de las variables en función de la investigación correspondiente.

A nivel metodológico permitió la recopilación y análisis de información actualizada y contextualizada, la misma que servirá para investigaciones futuras mediante sus resultados y recomendaciones. Desde una perspectiva de practicidad, brinda a través de datos estadísticos información propicia para la creación de programas preventivo e interventivos replicables a nivel institucional, dirigidos al manejo de problemas específicos como son la ansiedad y el estrés. Esta investigación se visibiliza debido a la especificidad de las variables contenidas en la investigación encuadrando un problema que se ha acrecentado con la coyuntura actual, para poder brindar alternativas de solución en formas de estrategias y alternativas de solución para mejorar el rendimiento académico.

Para entender mejor la problemática, se realizó una recopilación de algunos estudios enfocados en la variable, ansiedad, estrés y rendimiento académico.



García (2017) desarrolló un estudio con el objetivo de determinar la asociación entre ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de 7 a 15 años de la Unidad Educativa Navarra del Sur de Quito, durante junio y julio del 2017. Esta investigación fue cuantitativa de diseño correlacional; con una muestra de 135 alumnos, a los cuales se les administro, la escala de ansiedad manifiesta en niños revisada-2 (CMASR-2) y para evaluar el rendimiento académico se tuvo en cuenta el promedio de notas finales. Los resultados determinaron que el 52,6% se ubicaron en la categoría menos problemáticos, el 44,4% fueron descritos como no más problemáticos y el 1,5% como extremadamente problemáticos. Asimismo 25.3% domina los aprendizajes requeridos, 73.3 alcanza los aprendizajes requeridos y el 1.4% como próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos. Finalmente se determinó que existe una correlación negativa estadísticamente significativa de -0,252 con una  $p= 0,003$ .

Macías (2020) realizó una investigación con la finalidad de poder determinar la correlación real de la ansiedad y el Rendimiento Académico en alumnos de séptimo año de educación general básica. Su tipo de estudio fue no experimental, de diseño descriptivo correlacional, la cual estuvo conformada por 115 estudiantes. Los instrumentos aplicados fueron el inventario de ansiedad estado - rasgo de Spielberg (STAI) y la base de datos de sus notas para evaluar rendimiento académico. Los resultados indicaron que el 68.70% de los estudiantes están dentro de la categoría baja de ansiedad, el 31.31% en la categoría media alta de ansiedad. En cuanto a la variable de rendimiento se determinó que el 9.57% de los estudiantes tienen un rendimiento de tipo Insuficiente, el 33.91% de tipo elemental, el 50.43% de tipo Satisfactorio y el 6.09% posee un rendimiento académico de tipo Excelente. Asimismo, se demostró que existe una correlación negativa lineal pero débil entre la ansiedad y Rendimiento Académico de  $-0.209$ , lo que significa que mientras una variable aumenta, la otra disminuye.

A nivel nacional, La Rosa y Ochoa (2018) realizaron una investigación con el objetivo, de encontrar la relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes del 4º grado de educación secundaria de la una institución educativa la ciudad de Ayacucho. El tipo de diseño que se empleó fue correlacional, con una

muestra de 36 estudiantes. El instrumento para la recolección de datos de ambas variables fueron el cuestionario sobre estrés y la ficha de análisis documental sobre rendimiento académico. Los resultados mostraron que el 69.4% de estudiantes obtuvieron un nivel medianamente significativo de estrés, asimismo en relación a la segunda variable de rendimiento académico, el 69.4% mostraron un nivel en inicio, es decir que presentaron un rendimiento bajo. En cuanto a la relación entre ambas variables, los resultados denotaron que existe una relación directa moderada de .417.

Luna (2019) realizó un estudio con el objetivo de poder determinar la correlación existente entre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes del quinto de secundaria del Colegio Salesiano Don Bosco. La metodología que se utilizó fue cuantitativa con un tipo de diseño correlacional-transversal. Se trabajó con una muestra de 105 estudiantes. Para evaluar la primera variable, se les administró el Inventario de Estrés SISCO y para rendimiento académico se recolectó las notas obtenidas por los estudiantes durante el primer semestre. Los resultados determinaron que el 40% de los estudiantes presentaron un alto nivel de estrés, el 32% un nivel medio de estrés y solo el 28% presentaron un nivel bajo de estrés. En función a la variable de rendimiento, el 37% de los estudiantes presentan un rendimiento deficiente, el 38% un rendimiento moderado y el 24% obtuvieron un rendimiento excelente durante el primer semestre. Finalmente se concluye que existe una correlación inversa y que el grado de estrechez entre estas variables es alto, con un índice de 0.719.

León (2019) realizó una investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre ansiedad y rendimiento académico, en alumnos del nivel primario de una institución educativa de Chiclayo. El tipo de investigación es descriptiva – correlacional, de diseño no experimental y tuvo como muestra a 170 alumnos de 4°, 5° y 6° grado de primaria. Se les administro la Escala de Ansiedad manifiesta en niños CMAS – R y las notas de rendimiento académico. Lo resultados mostraron que el 39.29% de los alumnos tienen un nivel bajo de ansiedad, el 35,29%, un nivel alto y 25,19% en un nivel medio; asimismo, en cuanto a la variable de rendimiento académico, el 90% se encuentra en nivel alto y solo un 10% en un nivel bajo. Cabe indicar que existe relación significativa, positiva, débil de .187, entre la ansiedad y

el rendimiento académico. Concluyendo que, a mayor nivel de rendimiento, mayor es el nivel de ansiedad.

Zapata (2018) llevó a cabo un estudio, que tuvo como finalidad determinar la relación entre memoria de trabajo, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico Público en el distrito de San Martín de Porres. El estudio es de tipo descriptivo de relevancia correlacional y con un diseño no experimental; su muestra estuvo conformada por 205 estudiantes de ambos sexos. Para la recolección de datos se utilizaron; tres subtest de la escala de inteligencia para adultos de Weschler (WAIS-III), para evaluar memoria de trabajo; el inventario de Ansiedad, Rasgo (SXE) – Estado (SXR) (IDARE), para evaluar ansiedad y para rendimiento académico, se utilizó el promedio de los estudiantes de un semestre académico. Los resultados determinaron que existe relación débil entre la variable ansiedad y rendimiento académico de .017.

A nivel local, Soto y Torres (2019) realizaron un estudio con el propósito de poder determinar la relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Nacional de la ciudad de Iquitos. El diseño de la investigación fue no experimental, transversal de tipo descriptivo, correlacional. La muestra estuvo conformada por 134 estudiantes, a quienes se les administró el Inventario SISCO. Los resultados establecieron que el 76,9% obtuvieron nivel de estrés medio y el 23,1% nivel de estrés bajo; asimismo en referencia a la segunda variable, el 81,3% presentó rendimiento académico medio, el 13,4% rendimiento académico bajo y solo el 5,2% presentó rendimiento académico alto. Se llegó a la conclusión que los estudiantes que tenían niveles bajos de estrés, presentaron un nivel de rendimiento medio y alto con 15,7% y 3,7% respectivamente; los que presentaron niveles de estrés medio, obtuvieron un Rendimiento Académico medio 65,7% y un 9,7% Rendimiento Académico bajo; además se determinó que no hubo altos niveles de estrés.

Dentro de la conceptualización de la variable de estrés, diversos autores la definen de esta manera Melgosa (1997) la define como una reacción del organismo ante cualquier situación que le genere incomodidad o tensión, por lo que el cuerpo se

prepara para actuar, enfrentándolo o huyendo de la situación. Asimismo, se debe tener dos componentes importantes que influyen en el estrés; los agentes estresantes que son las circunstancias de nuestro entorno que producen que nos sintamos estresados y las respuestas físicas o comportamentales que tengamos ante esta situación, es decir como reaccionamos ante el estrés.

Del mismo modo, Uribe et al (2005) definen al estrés como una reacción de ajuste que se encarga de transformar nuestra manera de comportarnos. Al paralelo, activas hormonas que tienen la función de mantener la homeostasis, que es el equilibrio que debe tener nuestro organismo, mejorando así el porcentaje de supervivencia para hacerle frente a situaciones estresantes. En este proceso que tiene el cuerpo humano, están inmersos elementos neuroendocrinos, así como el sistema mesocorticolímbico que se encarga de dar respuestas anticipadas al estrés y la amígdala que interviene en la generación del miedo.

Por otro lado, Berrio y Mazo (2011) indican que el estrés se presenta mayormente en individuos que están cursando la época escolar o universitaria. Refiere que el alumno se ve sometido a continuas situaciones estresantes que les generan un desequilibrio en torno al nivel académico, y que se manifiestan en agotamiento, nerviosismo, dolor de cabeza y en algunos casos irritabilidad e incluso pueden bajar su rendimiento académico por lo sobrecargado que es, además la presión de sus profesores y familia influye mucho en estas situaciones, por lo que obliga al alumno a realizar acciones en busca de su bienestar puesto que es consciente que estas situaciones se presentaran a lo largo de su vida académica y que los exámenes, trabajos y exposiciones son parte de su enseñanza, por lo que debe buscar soluciones ante el estrés que le generan.

Respecto a las teorías, Lazarus y Folkman (1984) explican el estrés mediante el enfoque interaccional, que estudia el proceso entre el individuo y la situación. Esto sucede cuando el individuo valora la situación como algo que no puede superar o que no tienen los medios necesarios para hacerlo, por lo que no reacciona de manera adecuada y pone en peligro su integridad física y psicológica. Cuando una persona se enfrenta a una situación; el primer paso es analizarla y evaluar si es estresante o

se puede controlar; si en caso se evalúa como situación estresante, se determinará los posibles recursos que debe de tener el individuo para hacerle frente a dicha situación. Si en caso la situación se evalúa como controlada, se plantean estrategias de afrontamiento; la primera seria orientada al problema estresante y una orientada a realizar un cambio de cómo se percibe tan situación, regulando las emociones.

Asimismo, Selye (1935) determinó el estrés como un síndrome general de adaptación, esta teoría se basa en como el organismo del ser humano reacciona ante una situación, esto usualmente se da en varias etapas. La primera fase es de alarma, la cual el organismo desarrolla una serie de síntomas ante lo que él cree que sea una situación de estrés, por lo que siente inquietud, preocupación, irritabilidad, así como alteraciones físicas; la segunda fase de resistencia se encarga de que el individuo se adapte tanto a nivel físico como psicológico, con el propósito de negociar la situación para que sea menos catastrófica y finalmente la fase de agotamiento, la cual es vital para que el individuo afronte la situación o decaiga. Si el individuo no logra adaptarse y utilizar todos sus recursos, entran en la fase de agotamiento donde pueden presentarse situaciones más graves y que perduren en el tiempo, como la ansiedad, ataques de pánico, entre otros.

En este sentido, Holmes y Rahe (1967) postularon su teoría basada en el estímulo, que entiende al estrés como una consecuencia de los estímulos ambientales, interpretando que dichas acciones externas pueden alterar o perturbar el funcionamiento normal del individuo. A diferencia con las otras teorías mencionadas, esta se basa en que el estrés se localiza fuera del individuo. Asimismo, se entiende que cada persona posee ciertos límites de tolerancia ante el estrés, pero si se sobrepasan estos límites, pueden aparecer daños físicos y psicológicos permanente.

Es así como, Lomas (2000) refiere que el estrés es causado por múltiples situaciones que pasa una persona a lo largo de su vida. Pero también nos aclara que, si bien el estrés es multicausal, un solo evento puede causar que lo detone, pues antes de ello hay situaciones que han permanecido ocultas o en latencia.

Entre las causas sociales, Dorantes y Matus (2002) explican que el ser humano está en continua interacción con su medio, es por ello existen diferentes problemáticas que generan el estrés, como el desempleo, el sistema de salud deficiente, educación, el ruido de la ciudad. Estos estresores aumentan el nivel de estrés en la población por lo que están presente en su día, y son difíciles de controlar, es por ello que los recursos intrínsecos que tenga el individuo son vitales para hacerles frente.

Desde otra perspectiva, Hurtado (2015) da a conocer que el estrés, tiene una causa biológica, debido a que esta se origina de las funciones normales y anormales del organismo. El desequilibrio de la hormona tiroidea, tiroxina, es la que ocasiona el cansancio y por ende el estrés, puesto que hay un desajuste que debe ser tratado por un médico especialista.

Es así, que debemos entender que el ser individuo que padece de estrés, activa en su organismo un sinnúmero de respuestas comportamentales y fisiológicas, donde están involucradas neuronas y hormonas, que permiten que responda ante las situaciones de una manera más adaptativa. Este proceso consiste en tres fases: la primera es la recepción del estresor, aquí se filtra la información hacia el tálamo; la segunda fase es la programación de la reacción al estrés poniendo en juego el córtex prefrontal, aquí está implicado la toma de decisiones, la atención, la memoria a corto plazo, así como el sistema límbico que hace una pequeña comparación entre la nueva situación y los recuerdos, con la finalidad de que su respuesta sea en función a su experiencia; finalmente en la tercera fase, la amígdala y el hipocampo, activan la respuesta del organismo ante dicha situación (Duval, et al , 2010).

En este sentido, la American Psychological Association (2014) propone tres tipos de estrés. Cada uno cuenta con diferentes características y duración, por lo que es conveniente hacer un buen diagnóstico para emplear el tratamiento adecuado.

El estrés agudo es el tipo más frecuente en la población, y se da a corto plazo, así que no causa tanto daño como el estrés a largo plazo, sin embargo, se dan algunos síntomas físicos y psicológicos como: dolor de espalda, dolores musculares,

problemas para conciliar el sueño, estreñimiento, problemas estomacales, entre otros. Estos síntomas no son tan frecuentes, solo suelen darse cuando la persona está expuesta a situación estresantes y desaparecen cuando la situación ha sido resuelta.

Por otra parte, está el estrés agudo episódico, las personas que sufren este tipo de estrés están todo el tiempo agitadas, irritables y muy tensas. Tienen energía, pero están todo el tiempo nerviosas y gran parte de ellas suelen reaccionar de manera hostil ante sus pares, por lo que sus relaciones se ven deterioradas con el tiempo, debido a su carácter y falta de regulación emocional. Este grupo presenta síntomas como: sobre agitación prolongada, dolores de cabeza que son más persistentes, dolor en el pecho que pueden llegar a desarrollar una enfermedad cardíaca.

Finalmente, el estrés agudo a comparación con los anteriores mencionados, es más desgastante a largo plazo, pues está presente en el día a día de las personas. Este tipo de estrés surge puesto que la persona que lo padece no encuentra una solución ante sus problemas, y ve que la situación es interminable, ocasionando en varias ocasiones crisis nerviosas, por lo que son difíciles de tratar y requiere de una intervención médica y psicológica.

Respecto a la variable ansiedad, Sierra et al (2003) la denomina como la combinación de manifestación físicas y psicológicas, que producen agitación, sensación de catástrofe y peligro, que en muchas ocasiones no son reales y que el individuo manifiesta como amenazantes para su calidad de vida, es así como el individuo busca una solución ante la problemática, pero su percepción lo hace ver como un peligro real sin analizar la situación en sí, llegando al pánico, ocasionándole una crisis.

Por otro lado, Vindel (2011) refiere que es una emoción innata que tiene el ser humano, es normal que esa emoción forme parte del organismo, pues ante una amenaza el cuerpo reacciona, con la finalidad de hacerle frente. Este tipo de reacciones, suelen darse ante los exámenes, ante exposiciones o situaciones sociales que generan incomodidad. Dichas situaciones hacen sentir al individuo tenso, pero si la amenaza es resuelta la emoción desaparece.

Barlow (2002) recalcó que la ansiedad, es una alarma primitiva que tiene el hombre desde tiempo antiguos, y esto da en respuesta ante una amenaza, activando sus mecanismos de reacción, asimismo la cataloga como una emoción, que está orientada hacia las situaciones que puedan suceder en el futuro, asimismo refiere que tiene que ver mucho con la percepción del individuo, el cual ve a todos los acontecimientos como futuras situaciones catastróficas para su vida.

Las teorías más resaltantes de la ansiedad son las planteadas por: Beck y Emery (1985) quienes desarrollaron la teoría cognitivista de la ansiedad, explicando su origen desde los esquemas cognitivos que adquiere el ser humano. Es así como parte de la premisa, de que el ser humano a lo largo de su vida ha adquirido experiencias, es decir, situaciones que lo hacen sentirse amenazado. Esta activación se da cuando dichas situaciones logran que el individuo tenga pensamientos automáticos, imágenes amenazantes, o emociones que no puede controlar. Esta percepción sobre el problema lo hace sentirse agitado y tembloroso pues se siente incapaz para enfrentarlo, lo que ocasiona que el individuo vea todo como catastrófico y sin solución, puesto que sus pensamientos lo dominan y no dejan que utilice sus recursos de afrontamiento.

Desde otra perspectiva, Spielberger (1972) en su teoría de la ansiedad estado-rasgo manifestó que existe dos subtipos; la ansiedad como estado, que es un estado emocional inmediato que se puede modificar y desaparecer en el tiempo, ocasiona pensamientos negativos, nerviosísimo, angustia que repercuten en nuestro cuerpo con tensiones musculares, falta de respiración entre otros; en relación a la ansiedad como rasgo hace referencia a las diferencias individuales de ansiedad que son estables y aparecen ante cualquier situación que les genere peligro, en este sentido, los sujetos con alto grado de ansiedad-rasgo perciben un mayor rango de situaciones como amenazantes.

Por otro lado, Freud (1917) en su Teoría psicodinámica señaló que el individuo tiene conflictos internos, miedos y experiencias traumáticas en los primeros años de vida, y que esto han sido guardado en nuestra inconsciente y que mediante situaciones que nos generen miedo se activan y mandan una alerta al Yo,



que saca a flote todas las situaciones no resueltas que en muchos de los casos paraliza al individuo y en otros activa su mecanismo de defensa, para protegerlo de estas amenazas.

Finalmente, referente a la variable rendimiento académico, Chadwick (1979) la denomina como un conjunto de capacidad y habilidades que posee el estudiante y que va desarrollando a medida de la enseñanza otorgada por su docente, cuyo resultado se ven reflejado en notas, que pueden ser aprobatorias o desaprobatorias debido a que evalúan el nivel alcanzado durante un determinado tiempo. Esto depende también de factores externos, como la motivación que tiene el alumno, los recursos que posee para poder desenvolverse bien en sus actividades académicas y los estresores que pueden influir de manera negativa en su educación.

Por otro lado, Navarro (2003) refiere que es la suma de dos importantes dimensiones: proceso y resultado. El proceso es una serie de conocimientos que adquiere el individuo a través de las clases y de calidad de la enseñanza; y el resultado por su parte, es el producto cuantitativo que obtiene el estudiante que corrobora su esfuerzo durante su etapa académica.

De acuerdo con, Tonconi (2010) el rendimiento académico es el nivel de conocimientos acumulados por el estudiante en determinadas áreas escolares o actividades propias de la currícula educativa, que se ve evidenciado a través calificaciones ponderadas en el sistema vigesimal que confirman el resultado de su aprendizaje y la capacidad de enseñanza de sus docentes, por lo que es de vital importancia la colaboración de ambas partes, tener logros significativos.

En cuanto a los factores que impactan el rendimiento académico de los estudiantes, están los personales e institucionales (Martínez, 2015).

Los Factores personales son aquellas características que tiene que tener el estudiante para que tenga un rendimiento académico eficiente o deficiente, entre ellos está la motivación que tiene el estudiante para cumplir con las actividades académicas, como exámenes, tareas, exposiciones, concursos, entre otros; también

influye mucho los hábitos de estudio que tenga el propio estudiantes, como una buena organización de su tiempo, técnicas de estudio, definir metas a corto o largo plazo y tener un lugar de estudio apropiado, evitando así distracciones; asimismo el bienestar psicológico que tenga en estudiante lograra influirá mucho en su aprendizaje y por ende en su rendimiento, ya que si el estudiante sufre de estrés, ansiedad, bullying o violencia en el hogar, no podrá concentrarse en el colegio lo que impide que se concentre y por ende tenga un bajo rendimiento académico.

Los factores institucionales no solo tienen que ver únicamente con la enseñanza que proporcionan los docentes y la institución, sino con todas las dimensiones de la cultura escolar; entre ellos está la infraestructura, debido a que, si el alumno no se encuentra en un lugar cómodo para estudiar, impedirá su concentración y por ende su aprendizaje; por otro lado los materiales de enseñanza deben tener un enfoque tecnológico con el fin de que motive al alumno a escuchar la clase gracias a lo didáctico que son las exposiciones, asimismo las actividades que se generen en aula o fuera de esta deben ser retadoras e interesantes para lograr un mejor entendimiento del alumno.

A partir de lo anterior, se procedió a formular la hipótesis general, la cual busca conocer si existe relación entre estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la I.E Fe y Alegría, Iquitos- 2022, y mientras que la hipótesis nula, sostiene que no existe relación entre estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos- 2022. Asimismo, las hipótesis específicas, buscan determinar la presencia de ansiedad, estrés y rendimiento académico de los estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos- 2022.

### **Operacionalización de la variable de estudio.**

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumentos	Escala de Medición
Estrés y ansiedad	En cuanto a la ansiedad se define como la anticipación de eventos catastróficos, y la respuesta de miedo irracional ante a una amenaza de daño inexistente (Lovinbond y Lovinbond, 1995)	Para la evaluación de la variable se utilizó la Escala de depresión, ansiedad y estrés DASS-21, que comprende un cuestionario de 21 ítems que evalúa depresión, estrés y ansiedad	Estrés	18,6,11,1,12,8,14	7 ítems	Escala de depresión, ansiedad y estrés DASS-21	Ordinal
Ansiedad	El estrés se concibe como un estado de sobreactivación recurrente que refleja la dificultad hacer frente a los problemas y demandas de la vida, causando en el sujeto un	Para la evaluación de la variable se utilizó la Escala de depresión, ansiedad y estrés DASS-21, que comprende un cuestionario de 21 ítems, con 3 escalas depresión, estrés y ansiedad (7 ítems por escala)	Ansiedad	19,4,20,7,9,15,2	7 ítems	Escala de depresión, ansiedad y estrés DASS-21	Ordinal

	estado la baja tolerancia a la frustración (Lovinbond y Lovinbond, 1995)						
Rendimiento Académico	Tonconi (2010) el rendimiento académico es el nivel de conocimientos acumulados por el estudiante en determinadas áreas escolares o actividades propias de la currícula educativa.	Para la evaluación de la variable se utilizó las notas de los estudiantes.	-	Calificaciones de los estudiantes	-	Registro de notas de I. E.	Ordinal

## II. METODOLOGIA

### 2.1 Objeto de estudio:

La investigación fue de tipo descriptiva-correlacional, porque permitió medir y describir las variables, estrés, ansiedad y rendimiento académico. Hernández et al (2014) señalan que este tipo de investigación permite mostrar la relación entre las variables y describir las mismas.

Se trabajó el método de investigación cuantitativa, porque permitió recopilar datos mediante los resultados obtenidos de la población. Alan y Cortez (2017) hacen referencia que este método se basa aspectos numéricos para investigar la problemática a fondo.

El diseño de investigación fue no experimental, porque no se manipulo las variables y de corte transversal porque se dio en único y determinado momento. Hernández et al (2010) indican que el objetivo se centra en no manipular las variables, para tener datos fiables.

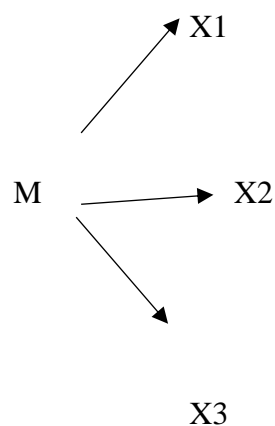
M: Muestra.

X1: Variable de estudio.

X2: Variable de estudio.

X3: Variable de estudio.

O1: Resultados de la medición de la variable.



La población estuvo conformada por 100 estudiantes, de los cuales 32 estudiantes pertenecen 3ero de secundaria; 34 tanto en 4to como 5to grado de secundaria; cuyas edades oscilan entre los 15 y 17 años, que pertenecían a la Institución Educativa N° 46 Fe y Alegría de la ciudad de Iquitos, con un nivel socioeconómico bajo.

**Tabla 01:** *Distribución de los estudiantes de 3ero, 4to y 5to de la Institución Educativa N° 46 Fe y Alegría.*

Sexo	N° de estudiantes por grado			Total
	3ero	4to	5to	
Femenino	14	19	18	51
Masculino	18	15	16	49
Total	32	34	34	100

Para Hurtado (1998) manifiesta que “en las poblaciones pequeñas o finitas no se selecciona muestra alguna para no afectar la validez de los resultados” (p.77). En vista de que la población es pequeña se tomará toda para el estudio y esta se denomina muestreo censal, López (1998), opina que “la muestra es censal es aquella porción que representa toda la población” (p.123). Por tanto, la muestra estuvo conformada por 100 estudiantes de 3ero, 4to y 5to de educación secundaria, de la Institución Educativa N° 46 Fe y Alegría de la ciudad de Iquitos.

Para el proceso de selección de la muestra se establecieron como criterios de inclusión; que sean estudiantes de ambos sexos que aceptaron participar en la investigación; al tiempo que respondan a todos los ítems de la prueba y cuyas edades oscilen entre los 15 a 17 años.

Mientras que, para los criterios de exclusión, se estableció que aquellos estudiantes que no acepten participar de la investigación y/o no respondan a la totalidad de los ítems, no serán asumidos como parte de la muestra de investigación. Usando para ello, un tipo de muestreo censal,

debido a que la muestra es toda la población. Hayes (1999) indica que este tipo de método se utiliza cuando es necesario saber las opiniones de todas las personas evaluadas.

## **2.2. Instrumentos, técnicas, equipos de laboratorio de recojo de datos**

Se utilizó la técnica de la encuesta, debido a que permitió recolectar la información mediante un conjunto de preguntas, orientadas a medir las variables (López y Fachelli, 2015).

Para la recolección de la información se aplicó como instrumento la escala de depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21), adaptada por Antúnez & Vinet, 2012; Román, Vinet, & Alarcón en el 2014, que evalúa los niveles de depresión, ansiedad y estrés a adolescentes, compuesta por 21 ítems, y 3 escalas, y cada escala contiene 7 ítems, que van desde 0 (No se aplica a mí en absoluto) a 3 (se aplica a mí, mucho. Casi Siempre). Asimismo, tiene una validez que oscila entre .30 y .88 y confiabilidad que se encuentra expresada en Alpha Cronbach que van de .88 y .91.

## **2.3 Análisis de la información**

El estudio tuvo como fase inicial el consentimiento del director la I.E, asimismo, se solicitó la firma correspondiente de los padres de los estudiantes y se recolectó la lista de notas de los estudiantes. Asimismo, se procedió aplicar la escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21) cuyos resultados fueron tabulados mediante una base de datos en el programa Microsoft Excel 2019, y posteriormente se utilizó el programa estadístico SPSS versión 25 para medir la relación entre las variables, así como la prueba de normalidad. Se utilizó, la prueba no paramétrica de  $X^2$  de Pearson (chi cuadrado) para ver la discrepancia en la distribución y constatar la hipótesis, y la prueba de coeficiente de correlación de Pearson que mide la relación estadística entre dos variables.

## **2.4 Aspectos éticos en investigación**

La ética investigativa del presente trabajo consideró los principios éticos del Código de ética y deontología del Colegio de Psicólogos del Perú (CPP, 2018) el cual manifiesta que ante cualquier investigación se debe de mantener la privacidad de aquellas personas que deciden participar y su previo consentimiento. Asimismo, los resultados fueron manejados únicamente por la investigadora, sin manipulación alguna de los resultados.



### III.RESULTADOS

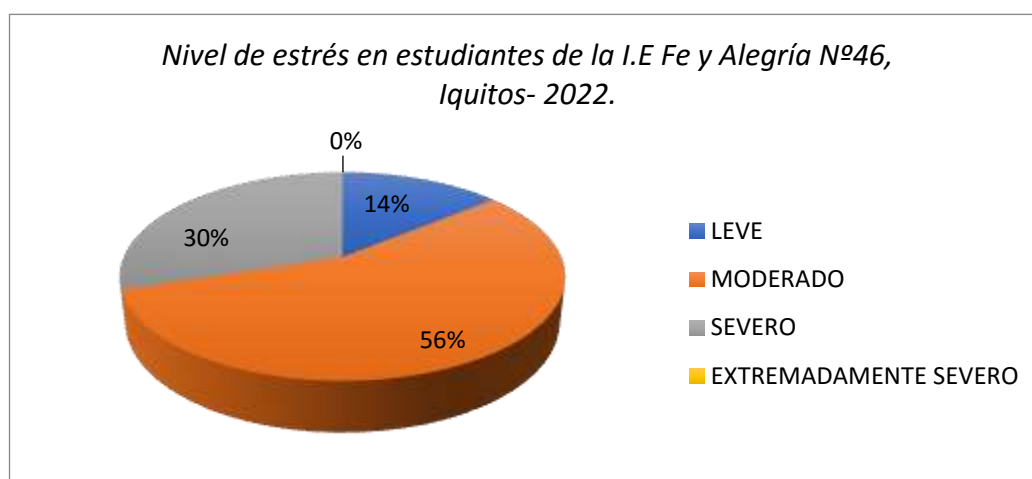
**Tabla 2:**

*Nivel de estrés en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos- 2022.*

Nivel de Estrés	N ° Estudiantes	Porcentaje
Nivel Leve	14	14%
Nivel Moderado	56	56%
Nivel Severo	30	30%
Nivel Extremadamente Severo	0	0%
Total	100	100%

**Gráfico 1:**

*Nivel de estrés en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos- 2022.*



Fuente: Tabla 2

Se observó que el 56% de los estudiantes se ubicaron en un nivel moderado de estrés, el 30% en un nivel severo y solo el 14% en un nivel leve, lo que indica cambios de humor como. Irritabilidad, incapacidad para relajarse, falta de energía y cansancio.

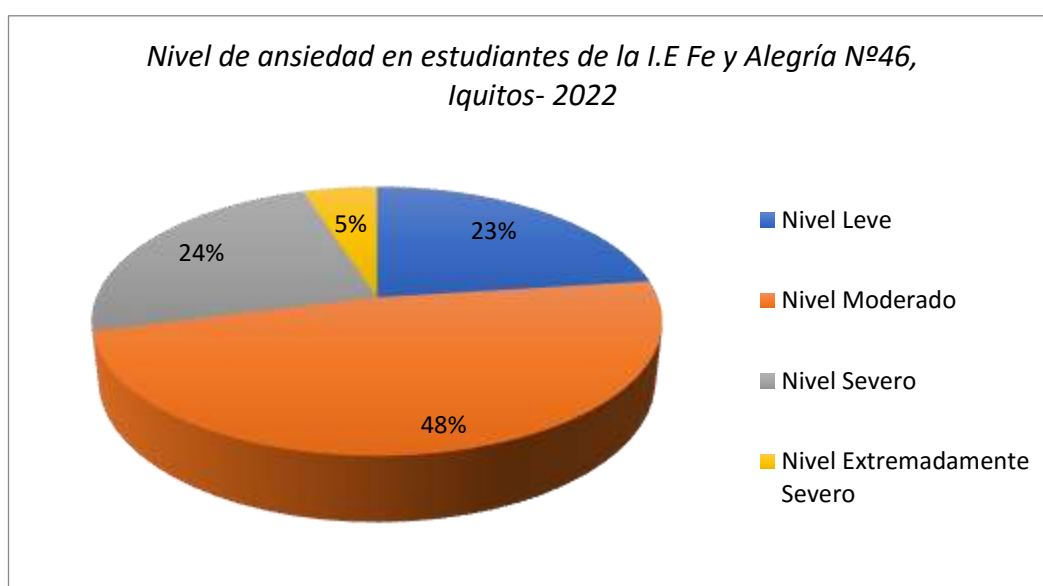
**Tabla 3:**

*Nivel de ansiedad en estudiantes de la I.E Fe y Alegría, Iquitos- 2022.*

Nivel de Ansiedad	N ° Estudiantes	Porcentaje
Nivel Leve	23	23%
Nivel Moderado	48	48%
Nivel Severo	24	24%
Nivel Extremadamente Severo	5	5%
Total	100	100%

**Gráfico 2:**

*Nivel de ansiedad en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos- 2022*



Fuente: Tabla 3

Se observó que el 48% de los estudiantes se encuentran en un nivel moderado de ansiedad, el 24% en un nivel severo, el 23% en un nivel leve y solo un 5% en nivel extremadamente severo, lo que indica que los estudiantes presentaron, sensación de nerviosismo, agitación, tensión y pánico.

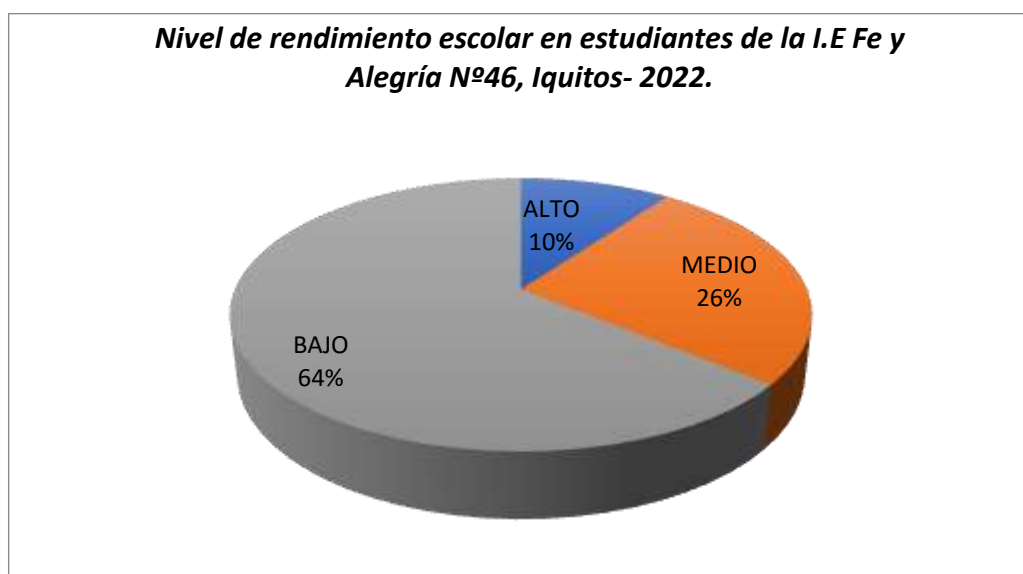
**Tabla 4:**

*Nivel de rendimiento escolar en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos- 2022.*

Nivel de Rendimiento Académico	N ° Estudiantes	Porcentaje
Nivel Alto	10	10%
Nivel Medio	26	26%
Nivel Bajo	64	64%
Total	100	100%

**Gráfico 3:**

*Nivel de rendimiento escolar en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos- 2022.*



Fuente: Tabla 4

Se observó que el 64% de los estudiantes tuvieron un rendimiento bajo durante toda la primera unidad del año escolar, el 26% se ubicó en un nivel medio y solo el 10% se encontró en un nivel alto, lo que indica que los estudiantes no alcanzaron notas favorables debido a circunstancias internas, como el estrés y ansiedad.

**Tabla 5:**

*Relación de estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos - 2022.*

		RHO	p
Rendimiento	ansiedad	-0.460	<.001
Académico	Estrés	-0.421	<.001

Por los resultados obtenidos, se ha permitido corroborar la hipótesis alternativa “existe relación entre estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos -2022”

Por lo que se rechaza la hipótesis nula que señala que no existe relación entre las variables. Determinando que existe relación negativa entre la variable ansiedad y rendimiento académico, siendo un  $\rho = -0.460 < .001$ ; señalando que a mayor nivel de ansiedad menor rendimiento académico; asimismo, se determinó que existe una relación negativa entre la variable de rendimiento académico y estrés, siendo un  $\rho = -0.421 < .001$ ; señalando que a mayor nivel de estrés menor rendimiento académico, puesto que el nivel de significancia es  $< .005$ .

#### IV. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Luego de analizar los resultados, se procede a discutir los principales hallazgos. En cuanto al objetivo general, determinar la relación de estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos - 2020, se logró evidenciar que, existe una relación negativa entre la variable estrés y rendimiento académico con un  $\rho = -0.421 < .001$ , y entre la variable ansiedad y rendimiento académico siendo un  $\rho = -0.460 < .001$ ; señalando que mientras una variable suba la otra baja; estos resultados son semejantes a Marmilla y Rivera (2015) determinaron que existe una correlación negativa entre estrés y rendimiento académico con  $r = -0,4873$ , del mismo modo, Macías (2020) cuyos resultados se demostraron que existe una correlación negativa débil entre la ansiedad y Rendimiento Académico de  $-0.209$ , lo que significa que mientras una variable aumenta, la otra disminuye. De igual manera, estos resultados son respaldados por Berrio y Mazo (2011) que manifiesta que el estrés, está presente en los individuos que cursan la etapa escolar o universitaria y que ocasiona un desequilibrio que se manifiesta en agotamiento, nerviosismo, dolor de cabeza y en algunos casos irritabilidad ocasionado un bajo rendimiento académico; asimismo, Jadue (2001) indica que los altos niveles de ansiedad reducen la eficiencia en el aprendizaje, debido a que disminuye su concentración, su foco de atención y por consecuencia su rendimiento escolar, por lo que si un estudiante baja sus niveles de ansiedad, podrá desenvolverse satisfactoriamente en su ámbito escolar mejorando su rendimiento.

Referente al primer objetivo específico, detallar el nivel de estrés en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos 2022; los resultados determinaron que el 56% de los estudiantes se ubicaron en un nivel moderado de estrés, el 30% en un nivel severo y solo el 14% en un nivel leve, presentando falta de energía, tensión y falta de motivación; estos resultados son similares a los Soto y Torres (2019) que demostraron que el 76,9% de los estudiantes obtuvieron niveles de estrés medio. Estos hallazgos son respaldados por American Psychological Association (2014) que manifiesta que las personas que sufren de estrés agudo episódico, están todo el tiempo agitadas, irritables y muy tensas, reaccionado de manera hostil ante sus pares.

Respecto al segundo objetivo específico, identificar el nivel de ansiedad en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos 2022; se observó que el 48% de los estudiantes se encuentran en un nivel moderado de ansiedad, el 24% en un nivel severo, el 23% en un nivel leve y solo un 5% en nivel extremadamente severo, estos resultados son similares a Macías (2020) cuyos resultados determinaron que 31.31% de los estudiantes se encontraron en una categoría media alta de ansiedad. esta perspectiva Beck y Emery (1985) en su teoría cognitivista de la ansiedad, el ser humano reacciona ante los problemas debido a su percepción lo que ocasiona que algunos vean todo como catastrófico y sin solución, mientras que otros utilizan sus recursos de afrontamiento.

Finalmente, en el tercer objetivo específico de, analizar el nivel de rendimiento escolar en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46 durante la pandemia Covid 19, los resultados determinaron que el 64% de los estudiantes tuvieron un rendimiento bajo, el 26% se ubicó en un nivel medio y solo el 10% se encontró en un nivel alto; estos resultados son similares a Rosa y Ochoa (2018) que determinó, el 69.4% mostraron un nivel en inicio, es decir que presentaron un rendimiento bajo. Martínez (2015) señala que el rendimiento académico se ve influenciado por dos factores; el factor personal que puede ser: malos hábitos de estudio, violencia familiar en el hogar, estrés o ansiedad, y factores institucionales como: la enseñanza que proporcionan los docentes, el no contar con un espacio adecuado que impide su concentración y por ende su aprendizaje.

## V. CONCLUSIONES

- Se determinó que existe una relación negativa entre la variable de rendimiento académico, ansiedad y estrés, señalando que mientras una variable suba la otra baja; es decir, que mientras el estudiante tenga altos niveles de ansiedad menor será su rendimiento académico, y si sus niveles de ansiedad bajan, mayor será su rendimiento.
- Conforme a los niveles de estrés, el 56% de los estudiantes se ubicaron en un nivel moderado, 30% en un nivel severo, solo el 14% se ubicó en un nivel leve, lo que permitió concluir que el 86% de la población estudiantil, presenta síntomas de estrés que perjudican su rendimiento académico.
- En cuanto a los niveles de ansiedad, se llegó a la conclusión que el 48% de los estudiantes se encuentran en un nivel moderado, el 24% nivel severo, el 23% en un nivel leve y solo un 5% en nivel extremadamente severo. Lo que indica que el 77% de los estudiantes, presenta síntomas ansiosos que van desde moderados a severos.
- Finalmente, en relación al rendimiento académico, el 64% de los estudiantes tuvieron un rendimiento bajo, el 26% se ubicó en un nivel medio y solo el 10% destacó, obteniendo un nivel alto.

## **VI. RECOMENDACIONES.**

- Al director de la Institución Educativa N° 46 Fé y Alegría, hacer la debida coordinación con la UGEL, con la finalidad de contratar un psicólogo, que pueda atender los problemas de salud mental dentro del plantel.
- Al director de la Institución Educativa N° 46 Fé y Alegría, en coordinación con el área de tutoría, realizar consecutivamente escuela de padres, con el objetivo de proporcionar a los padres información, orientación y asesoramiento para un mejor desarrollo de los estudiantes.
- A los maestros de la Institución, realizar un seguimiento de la evolución del estudiante, con la finalidad de comprobar su mejoría.
- A los maestros, implementar nuevas técnicas y estrategias de enseñanza en el aula, como las TIC, el trabajo colaborativo, con la finalidad que el alumno este motivado, así pueda mejorar su aprendizaje y por ende su rendimiento.
- Se recomienda elaborar, planificar y ejecutar programas de desarrollo de habilidades blandas enfocado en gestión del cambio, productividad y manejo de estrés y ansiedad para mejorar su desempeño académico.
- Se sugiere a futuro, correlacionar la variable de estudio con otras que puedan generar impacto o consecuencia en la misma, con la finalidad de conocer a profundidad la problemática en la población estudiantil.
- Se sugiere a los futuros investigadores, ampliar el tamaño de la muestra, con la finalidad de que los resultados obtenidos puedan ser generalizables.



## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Alan, D. y Cortez, L. (2017). Procesos y fundamentos de la investigación científica.  
[EditorialUtmach.<http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14232/1/Cap.4-Investigaci%C3%B3n%20cuantitativa%20y%20cualitativa.pdf>](http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14232/1/Cap.4-Investigaci%C3%B3n%20cuantitativa%20y%20cualitativa.pdf)
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5. Editorial Médica Panamericana.  
<https://www.eafit.edu.co/ninos/reddelaspreguntas/Documents/dsm-v-guia-consulta-manual-diagnostico-estadistico-trastornos-mentales.pdf>
- Barlow, D. (2002). Ansiedad y sus trastornos: La naturaleza y el tratamiento de la ansiedad y pánico. Editorial Nueva York: The Guilford Press.
- Beck, A. & Emery, G. (1985). Anxiety and phobias: A cognitive perspective. Basic Books.
- Berrío, N. y Rodrigo, M (2011). Estrés académico. Revista de Psicología Universidad de Antioquia, 3(2), 65-82  
<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v3n2/v3n2a6.pdf>
- Bobadilla, J. (2006). La estrategia lúdico-lego dacta, para elevar el rendimiento escolar en el área de Educación para el Trabajo en los alumnos del 1er. Grado de Educación Secundaria de la I.E. “Champagnat” de Tacna. [Tesis de Licenciatura], Universidad Privada de Tacna.
- Bolaños, F. (1997). Propuesta de un sistema de soporte para la evaluación académica en la UNED de Costa Rica. VIII Congreso Internacional sobre Tecnología y Educación a Distancia. La educación a distancia como una solución de calidad para el Siglo XXI. San José, Costa Rica: UNED.
- Chacón, J (2020). Trastorno de Ansiedad en Situación de Pandemia por Covid-19. [Tesis de Maestría, Universidad San Carlos de Guatemala].  
<http://www.repositorio.usac.edu.gt/15088/1/19%20MC%20TG-3578-Chac%C3%B3n.pdf>
- Chadwick, C. (1979). Tecnología Educacional para el Docente. Editorial Paidós
- Clark, L & Watson, D. (1991). Tripartite model of anxiety and depression: Psychometric evidence and taxonomic implications. Journal of Abnormal Psychology, 100, 316-336

- Colegio de Psicólogos del Perú. (2018). *Código de ética y deontología*.  
[http://api.cpsp.io/public/documents/codigo\\_de\\_etica\\_y\\_deontologia.pdf](http://api.cpsp.io/public/documents/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf)
- Dorantes, C, y Matus, G. (2002). El estrés y la ciudad. *Revista del Centro de Investigación Universidad La Salle*, 5 (18), 71-77.  
<https://www.redalyc.org/pdf/342/34251807.pdf>
- Duval, F., González, F. y Rabia, H. (2010). Neurobiología del estrés. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 48 (4), 307-318.  
<http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272010000500006>
- El fondo de las naciones unidas para la infancia (4 de marzo de 2021). *Por lo menos 1 de cada 7 niños y jóvenes ha vivido confinado en el hogar durante gran parte del año, lo que supone un riesgo para su salud mental y su bienestar*. <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/1-cada-7-ninos-jovenes-ha-vivido-confinado-hogar-durante-gran-parte-ano>
- Foa, E., & Kozak, M. (1986). Emotional processing of fear: exposure to corrective information. *Psychological bulletin*, 99(1), 20-35.  
<https://doi.org/10.1037//0033-2909.99.1.20>
- Freud, S. (1971). *Introducción al psicoanálisis*. Alianza Editorial
- García, O. y Palacios, R. (1991). Factores condicionantes del aprendizaje en lógica matemática. [Tesis de Maestría], Universidad San Martín de Porres
- García, F. (2017). Ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de 7 a 15 años de la unidad educativa navarra del sur de quito, durante junio y julio del 2017. [Tesis de doctorado, Universidad Católica del Ecuador].  
<http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/14185/Tesis%20Ansiedad%20y%20Rendimiento%20acad%20c3%a9mico%20final.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* 6ª ed. McGrawHill.
- Hernández, R., Fernández., C., y Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. (5ª ed) McGrawHill.
- Holmes, T. & Rahe, R. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.

- Hurtado, M. (19 de mayo de 2015). Estrés y Enfermedades Tiroideas. [https://www.drahurtado.com/blog-de-enfermedades-del-tiroides/estres-y-enfermedades-tiroideas#:~:text=1\)%20El%20stress%20adrenal%20interrumpe,conver%20de%20T4%20a%20T3](https://www.drahurtado.com/blog-de-enfermedades-del-tiroides/estres-y-enfermedades-tiroideas#:~:text=1)%20El%20stress%20adrenal%20interrumpe,conver%20de%20T4%20a%20T3).
- Jadue, G. (2001). Algunos Efectos de la Ansiedad en El Rendimiento Escolar. *Estudios Pedagógicos*, 27, 111-118. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052001000100008>
- Lázaro, R. y Folkman, S. (1984). El concepto de estrés en la vida. ciencias En R. Lazarus & S. Folkman (Eds.), *Estrés, evaluación y afrontamiento*. Editorial: Springer
- La Rosa, S. y Ochoa, G. (2018). Estrés y rendimiento académico en estudiantes del Nivel Secundaria de Socos, Ayacucho - 2018. [Tesis de Maestría, Universidad César]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/28857>
- León, N. (2019). Ansiedad y Rendimiento Académico en Alumnos del Nivel Primario de una Institución Educativa de Chiclayo, 2019. [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/8591/Le%c3%b3n%20Mera%20Nancy%20Patricia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Lomas, B. (2000). *Stress and Time Management* Hayling Island. Editorial: Rowmark.
- Luna, J. (2019). Correlación entre el Estrés Académico y el Rendimiento de los estudiantes del quinto año de Secundaria del Colegio Salesiano Don Bosco de Arequipa, 2018. [Tesis de Maestría, Universidad Nacional de San Agustín]. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/8100/EDMlusajl.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- La Organización Panamericana de la Salud (2017). Estado de Salud Mental en la Población. Editorial OPS. <https://www.paho.org/salud-en-las-americas-2017/ro-mental-es.html>
- Macías, M. (2020). La Ansiedad y El Rendimiento Académico en Estudiantes de Séptimo Grado de Educación General Básica de la Unidad Educativa

- José Herboso, Guayaquil 2020. [Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47885/Mac%c3%adas\\_GMJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47885/Mac%c3%adas_GMJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Martín, M. (2015). Optimización del proceso de selección para incrementar la eficiencia terminal en los programas de posgrado [Tesis de doctorado, Universidad de Granada, España] <https://hera.ugr.es/tesisugr/2569697x.pdf>
- Melgosa, J. (1997). Nuevo estilo de vida. ¡Sin estrés!. Editorial: Safeliz.
- Ministerio de educación (5 de noviembre de 2020). La Educación en Tiempos de Covid-19: Reflexiones y Aprendizajes. <https://www.care.org.pe/la-educacion-en-tiempos-de-covid-19-reflexiones-y-aprendizajes/>
- Navarro, E. (2003). El Rendimiento Académico: concepto, investigación y desarrollo. Revista electrónica iberoamericana sobre calidad, eficacia y cambio en la educación. Julio/diciembre, 1(2) 12-14. <https://www.redalyc.org/pdf/551/55110208.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (2018). CIE-10. Clasificación Internacional de Enfermedades. Editorial OMS. [https://www.sanidad.gob.es/eu/estadEstudios/estadisticas/normalizacion/CIE10/CIE10ES\\_2018\\_diag\\_pdf\\_20180202.pdf](https://www.sanidad.gob.es/eu/estadEstudios/estadisticas/normalizacion/CIE10/CIE10ES_2018_diag_pdf_20180202.pdf)
- Selye, H. (1956). The Stress of Life. Editorial: Mc Graw-Hill.
- Soto, P. y Torres, J (2019) Estrés y Rendimiento Académico en Estudiantes de La Facultad de Medicina Humana. Unap. Iquitos, 2012 [Tesis de Maestría, Universidad Nacional de la Amazonia Peruana]. <https://1library.co/document/zwvnp4lq-estres-rendimiento-academico-estudiantes-facultad-medicina-humana-iquitos.html>
- Sierra, J., Ortega, V. y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. Revista Mal Estar e Subjetividade, 3(1), 10-59. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1518-61482003000100002&lng=pt&tlng=es](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482003000100002&lng=pt&tlng=es).
- Spielberger, C. (1972). Anxiety as an Emotional State. In C. D. Spielberger (Ed.), Anxiety: Current Trends in Theory and Research. Academic Press, 1(1), 23-49. <http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-657401-2.50009-5>

- Tonconi, J. (2010). Factores que Influyen en el Rendimiento Académico y la Deserción de los Estudiantes de la Facultad de Ingeniería Económica de la UNA-Puno (Perú). Cuadernos de Educación y Desarrollo, 2(11). 114-119 <https://ideas.repec.org/a/erv/cedced/y2010i1111.html>
- Universidad Nacional de Mexico (2020) Educación y pandemia. Una visión académica. Instituto de Investigaciones sobre la Universidad y la Educación, Centro Cultural Universitario. [https://www.iisue.unam.mx/investigacion/textos/educacion\\_pandemia.pdf](https://www.iisue.unam.mx/investigacion/textos/educacion_pandemia.pdf)
- Uribe, F., Gómez, J., Mesa, F. y Lezcano, L. (2005) Ejes neuroendocrinos del estrés, síndrome metabólico y alteraciones psiquiátricas del síndrome de Cushing. Revista Médica Universidad de Antioquia. 18(4) 431-445. <http://www.scielo.org.co/pdf/iat/v18n4/v18n4a06.pdf>
- Vindel, A. (9 de agosto de 2011). Ansiedad como emoción. <http://pendientedemigracion.ucm.es/info/seas/faq/ansiedad.htm>
- Zapata, k (2018). Relación entre memoria de trabajo, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de un ISTP en el Distrito de San Martín de Porres. [Tesis de Maestría, Universidad Cayetano Heredia]. [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/3892/Relacion\\_ZapataPina\\_Karina.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/3892/Relacion_ZapataPina_Karina.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

## ANEXOS

### Anexo 1: Instrumento de recolección de la información

#### ESCALA DE DEPRESIÓN, ANSIEDAD Y ESTRÉS DASS-21

Por favor lea las siguientes afirmaciones y coloque un círculo alrededor de un número (0, 1, 2, 3) que indica en qué grado le ha ocurrido a usted esta afirmación durante la semana pasada. La escala de calificación es la siguiente:

0: No me ha ocurrido;

1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;

2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;

3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte de tiempo.

Nº	ÍTEM	0	1	2	3
1	Me ha costado mucho descargar la tensión				
2	Me di cuenta que tenía la boca seca				
3	No podía sentir ningún sentimiento positivo				
4	Se me hizo difícil respirar				
5	Se me hizo difícil tomar la iniciativa para hacer cosas				
6	Reaccioné exageradamente en ciertas situaciones				
7	Sentí que mis manos temblaban				
8	He sentido que estaba gastando una gran cantidad de energía				
9	Estaba preocupado por situaciones en las cuales podía tener pánico o en las que podría hacer el ridículo				
10	He sentido que no había nada que me ilusionara				
11	Me he sentido inquieto				
12	Se me hizo difícil relajarme				
13	Me sentí triste y deprimido				
14	No toleré nada que no me permitiera continuar con lo que estaba haciendo 0 1 2 3				
15	Sentí que estaba al punto de pánico				
16	No me pude entusiasmar por nada				
17	Sentí que valía muy poco como persona				
18	He tendido a sentirme enfadado con facilidad				
19	Sentí los latidos de mi corazón a pesar de no haber hecho ningún esfuerzo físico				
20	Tuve miedo sin razón				
21	Sentí que la vida no tenía ningún sentido				

## Ficha Técnica

<b>Nombre original del instrumento</b>	Escala de depresión, ansiedad y estrés DASS-21
<b>Autor y año:</b>	Peter Lovibond y Sydney Harold Lovibond (1995).
<b>Adaptación en el Perú:</b>	Ida Contreras-Mendoza, Lincol Orlando Olivas-Ugarte y Carlos De La Cruz- Valdiviano, 2019
<b>Objetivo del instrumento</b>	Evalúa los niveles de depresión, estrés y ansiedad
<b>Usuarios</b>	Adolescentes y adultos jóvenes
<b>Forma de administración o modo de aplicación</b>	Su aplicación puede ser individual o colectiva, comprende un cuestionario de 21 ítems, el cual serán respondidos por los participantes con respuestas que van del 0 al 3
<b>Validez</b>	La correlación entre sus ítems oscila entre .30 y .88
<b>Confiabilidad:</b>	Se encuentra expresada en Alpha Cronbach que van de .88 y .91.

## **Validez y confiabilidad del instrumento**

### **Validez**

En cuanto a la validez convergente y divergente, se observaron correlaciones considerables entre escalas del DASS - 21 y los instrumentos utilizados (y escalas de éstos) que miden constructos similares ( $r = .63$  para la escala de depresión del DASS y escala de depresión del SCL - 90 - R, y  $r = .78$  para la escala de ansiedad del DASS con BAI). A su vez, tanto la menor correlación entre escalas del DASS -21 y escalas de SCL - 90 - R que miden otras dimensiones, como entre el BAI y la escala de depresión del DASS - 21 ( $r = .57$ ), y entre el BDI - II y la escala de ansiedad del DASS - 21 ( $r = .63$ ), respaldarían la validez divergente.

### **Análisis de Confiabilidad DASS – 21**

Las escalas de depresión y estrés presentaron un alfa de .85 y .83 respectivamente, mientras que en la escala de ansiedad se obtuvo un alfa de .73. En conjunto, los ítems que componen el DASS – 21 presentaron un alfa de .91. Asimismo, el BAI presentó un alfa de .87 y el BDI – II arrojó un índice de consistencia interna alfa de .88. Estos datos respaldan la consistencia interna de ambos instrumentos al ser aplicados en una muestra de universitarios chilenos. En tanto, el SCL – 90 – R presentó adecuados índices de consistencia interna en todas sus escalas, siendo solo la escala de Ansiedad Fóbica la que presenta un valor alfa menor a .70



## Anexo 2: Consentimiento informado

Mediante la presente investigación la Br. Iris Paola Paredes Valera con DNI 05407746 egresada del Programa de Estudios de Psicología de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, solicita el consentimiento del Director Víctor Hugo Ruiz Gutiérrez de la I.E Fe y Alegría N°46, para aplicar el Escala de depresión, ansiedad y estrés DASS-21 a los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de Secundaria.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación.

Asimismo, la Investigadora Responsable se compromete a brindar un informe de investigación que se genere al final del estudio.



---

Mg. Dr. Víctor Hugo Ruiz Gutiérrez

**Anexo 3: Matriz de categorías y subcategorías**

Titulo	Formulación del problema	Objetivos	Variables	Dimensiones	Metodología
Estrés, Ansiedad Y Rendimiento Académico en estudiantes de la I.E Fé Y Alegria N° 46, Iquitos - 2022.	¿Existe relación entre estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la IE Fe y Alegría N° 46, Iquitos, 2022?	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar la relación entre estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos - 2022.</p> <p>Objetivo Específico</p> <p>Detallar el nivel de estrés en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46 Iquitos - 2022.</p> <p>Identificar el nivel de ansiedad en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos - 2022.</p> <p>Analizar el nivel de rendimiento escolar en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos - 2022.</p>	Estrés, Ansiedad y Rendimiento Académico	Estrés Ansiedad Rendimiento académico	<p><b>Tipo:</b> Cuantitativo.</p> <p><b>Nivel:</b> Descriptivo-Correlacional.</p> <p><b>Diseño:</b> No Experimental</p>

#### Anexo 4: Prueba de normalidad

**Tabla 06:**

*Prueba de normalidad de la Escala de Depresión Ansiedad y Estrés (DASS-21)*

Variable/ Dimensiones	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Rho	Gl	Sig.
Estrés	-0.624	2	0.000
Ansiedad	-0.719	2	0.000

Nota:gl=grado de libertad; Sig=valor de significancia estadística

El nivel de significancia es menor a 0.05, por lo que se concluye que los datos pertenecen a una distribución no paramétrica o no normal

## Anexo 5: Porcentaje de Turnitin

### Tesis IRIS P. TURNITIN

#### INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>5%</b> INDICE DE SIMILITUD	<b>6%</b> FUENTES DE INTERNET	<b>0%</b> PUBLICACIONES	<b>0%</b> TRABAJOS DEL ESTUDIANTE
----------------------------------	----------------------------------	----------------------------	--------------------------------------

#### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>idoc.pub</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>2</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>3</b>	<b>1library.co</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias < 100 words

Excluir bibliografía

Activo

## RESUMEN

La presente investigación, tuvo como objetivo determinar la relación entre estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N46, en la ciudad de Iquitos - 2022. El estudio fue de tipo descriptivo-correlacional, de diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 100 estudiantes de 3ro al 5to, de educación secundaria de la Institución Educativa N° 46 Fe y Alegría de la ciudad de Iquitos. Para la recolección de datos se aplicó la Escala de depresión, ansiedad y estrés DASS-21; así mismo, se solicitó las notas de los estudiantes con las autoridades de la institución educativa. El procesamiento de la información se realizó mediante el programa estadístico SPSS 22. Los resultados determinaron que existe una relación negativa entre la variable de rendimiento académico y ansiedad, con un-Pho =  $-.460 < .001$ ; asimismo, se encontró relación entre rendimiento académico y estrés con un-Pho =  $-.421 < .001$ . En relación a los niveles de estrés, el 56% de los estudiantes se ubicaron en un nivel moderado, el 30% en un nivel severo y solo el 14% en un nivel leve en relación a la variable ansiedad; el 48% de los estudiantes se encuentran en un nivel moderado, el 34% en un nivel severo, el 23% en un nivel leve y solo un 5% en nivel extremadamente severo; y finalmente en relación a la variable rendimiento, el 64% de los estudiantes tuvieron un rendimiento bajo, el 26% se ubicó, en un nivel medio y solo el 10% destacó, obteniendo un nivel alto.

Palabras Claves: Estrés, Ansiedad, Rendimiento Académico.

## ABSTRACT

The objective of this research was to determine the relationship between stress, anxiety and academic performance in students of the I.E Fe y Alegria N° 46, in the city of Iquitos - 2022. The study was descriptive-correlational, with a non-experimental cut-off design. cross. The sample consisted of 100 students from 3rd to 5th grade of secondary education from Educational Institution No. 46 Fe y Alegria in the city of Iquitos. For data collection, the DASS-21 Depression, Anxiety and Stress Scale was applied; Likewise, the students' notes were requested from the authorities of the educational institution. Information processing was performed using the statistical program SPSS 22. The results determined that there is a negative relationship between the variable of academic performance and anxiety, with a  $Pho = -.460 < .001$ ; subsequently, a relationship was found between academic performance and stress with a  $Pho = -.421 < .001$ . In relation to stress levels, 56% of the students were located at a moderate level, 30% at a severe level and only 14% at a mild level in relation to the anxiety variable; 48% of the students are at a moderate level, 34% at a severe level, 23% at a mild level and only 5% at an extremely severe level; and finally in relation to the performance variable, 64% of the students had a low performance, 26% were at a medium level and only 10% stood out, obtaining a high level.

Keywords: Stress, Anxiety, Academic Performance

## I. INTRODUCCION

La pandemia marco en la sociedad un antes y después de los patrones establecidos, desde los protocolos de bioseguridad hasta las formas de comunicación; el ámbito escolar no ha sido la excepción. Los alumnos han tenido que pasar más de dos años en confinamiento y esto ha provocado afecciones psicológicas, producto de la nueva metodología de enseñanza y de diversos factores involucrados en el aprendizaje. Las principales situaciones generadoras de estrés fueron la: "*sobrecarga académica*", "*la falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas*" y ello provocó bajo rendimiento académico y por ende notas desaproboratorias en todo el ciclo escolar (Chacón, 2020).

En los últimos años, se ha logrado investigar cuales son los problemas psicológicos en los adolescentes. Es así que; la Organización Panamericana de la Salud [OPS] (2017) en su estudio recalco que, entre los problemas de salud mental con mayor incidencia en América Latina se encuentra la ansiedad, la cual tiene una prevalencia de por lo menos 12 millones, dicho cuadro es sufrido por una parte de la población latina significativa con valores de entre 9.3 % y 16.1% siendo los más afectados los niños y adolescentes con un 82,2% quienes lo padecen.

Asociación Americana de Psiquiatría [APA, 2014] describió a la ansiedad como una intranquilidad exagerada y difícil de controlar o sosegar que surge por pensamientos recurrentes sobre una misma idea, situación o conclusión propia de quien lo padece, y que tiene manifestaciones a nivel psíquico y físico-corporal, en el caso de los menores con un solo criterio; ya sea esa sensación de percibirse atrapado, el cansancio o la poca energía, ensimismarse, irritarse, contracturas musculares o insomnio puede determinar la presencia de este problema.

Jadue (2001) describió algunos efectos de la ansiedad en el rendimiento escolar donde precisa que las facultades principales que intervienen en los procesos de pensamiento como la atención y concentración se ven disminuidas en niños que sufren de ansiedad, debido a que el sistema nervioso se encuentra en alerta, el foco principal se dirige a la huida como medida de autoprotección y no a la clase en curso, esto afecta directamente al rendimiento escolar de los menores.

Asimismo, otros aspecto que involucra el bajo rendimiento académico, es el estrés, denominado como una enfermedad transitoria psíquica generada por un agente externo que provoca exacerbación, debido a que el sistema vegetativo está listo para responder, el estrés presenta en el ser humano la necesidad más primitiva de autopreservación sin embargo en lugares donde el riesgo no es evidente genera una interferencia en el desarrollo adaptativo del ser humano Organización Mundial de la Salud [OMS, 2018].

El fondo de las naciones unidas para la infancia [UNICEF, 2021] reportó que la séptima parte de la población infantil ha sufrido estrés, es entonces uno de los problemas más saltantes por lo que atraviesan los niños, y que se ha convertido en un común denominador de otros problemas subyacentes, los que se han visto exacerbados por la pandemia del Covid 19, trayendo consigo efectos psicosomáticos en la salud.

En el Perú, el ministerio de educación [MINEDU, 2020] comunicó que tras una evaluación de las capacidades de aprendizaje durante la pandemia, los niños no habrían podido lograr cumplir los contenidos estipulados en su año escolar; por lo cual, al año siguiente tendría la oportunidad de recuperar el aprendizaje eclipsado por la pandemia, muchos interpretaron esto como una aprobación automática, debido a las facilidades para no cursar los primeros grados de educación inicial, los cuales son la base del aprendizaje debido a que además de brindar los primeros saberes para la vida, también adiestran en habilidades sociales.

En la actualidad, la ansiedad y estrés están catalogados como cuadros clínicos comunes debido a su alta incidencia en la salud mundial. El Perú, se encuentra dentro los países que presenta mayor porcentaje de padecimiento, por lo que es importante realizar tamizaje de la población para mapear los grupos de riesgo, esos problemas o solo inciden en la salud, sino que en el ámbito escolar dificultan el aprendizaje e inciden en el rendimiento escolar.



Es por ello que, esta investigación aborda el estrés, la ansiedad y el rendimiento escolar, siendo socialmente relevante en el ámbito educativo el cual es un problema para el desarrollo del país y los niños quienes son el futuro del país, aportando no solo información relevante sino concientizando a la población para un cambio, permitiendo elaborar estrategias para mejorar el rendimiento escolar y construir una educación de calidad.

En función al análisis de la problemática descrito se planteó la siguiente interrogante, ¿Existe relación entre estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la IE Fe y Alegría N° 46, Iquitos - 2022?

Asimismo, se planteó el objetivo general de la investigación determinar la relación entre estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos – 2022, y los objetivos específicos fueron, identificar el nivel de estrés, ansiedad y rendimiento escolar en estudiantes de la I.E Fé y Alegría, Iquitos – 2022.

A partir de esto, ésta investigación se justifica a nivel teórico, pues permitirá mejorar y profundizar en la comprensión de las variables en función de la investigación correspondiente.

A nivel metodológico permitió la recopilación y análisis de información actualizada y contextualizada, la misma que servirá para investigaciones futuras mediante sus resultados y recomendaciones. Desde una perspectiva de practicidad, brinda a través de datos estadísticos información propicia para la creación de programas preventivo e interventivos replicables a nivel institucional, dirigidos al manejo de problemas específicos como son la ansiedad y el estrés. Esta investigación se visibiliza debido a la especificidad de las variables contenidas en la investigación encuadrando un problema que se ha acrecentado con la coyuntura actual, para poder brindar alternativas de solución en formas de estrategias y alternativas de solución para mejorar el rendimiento académico.

Para entender mejor la problemática, se realizó una recopilación de algunos estudios enfocados en la variable, ansiedad, estrés y rendimiento académico.

García (2017) desarrolló un estudio con el objetivo de determinar la asociación entre ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de 7 a 15 años de la Unidad Educativa Navarra del Sur de Quito, durante junio y julio del 2017. Esta investigación fue cuantitativa de diseño correlacional; con una muestra de 135 alumnos, a los cuales se les administro, la escala de ansiedad manifiesta en niños revisada-2 (CMASR-2) y para evaluar el rendimiento académico se tuvo en cuenta el promedio de notas finales. Los resultados determinaron que el 52,6% se ubicaron en la categoría menos problemáticos, el 44,4% fueron descritos como no más problemáticos y el 1,5% como extremadamente problemáticos. Asimismo, 25.3% domina los aprendizajes requeridos, 73.3 alcanza los aprendizajes requeridos y el 1.4% como próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos. Finalmente, se determinó que existe una correlación negativa estadísticamente significativa de -0,252 con una  $p= 0,003$ .

Macías (2020) realizó una investigación con la finalidad de poder determinar la correlación real de la ansiedad y el rendimiento académico en alumnos de séptimo año de educación general básica. Su tipo de estudio fue no experimental, de diseño descriptivo correlacional, la cual estuvo conformada por 115 estudiantes. Los instrumentos aplicados fueron el inventario de ansiedad estado - rasgo de Spielberg (STAI) y la base de datos de sus notas para evaluar rendimiento académico. Los resultados indicaron que el 68.70% de los estudiantes están dentro de la categoría baja de ansiedad, el 31.31% en la categoría media alta de ansiedad. En cuanto a la variable de rendimiento se determinó que el 9.57% de los estudiantes tienen un rendimiento de tipo Insuficiente, el 33.91% de tipo elemental, el 50.43% de tipo Satisfactorio y el 6.09%, posee un rendimiento académico de tipo Excelente. Asimismo, se demostró que existe una correlación negativa lineal pero débil entre la ansiedad y Rendimiento Académico de  $-0.209$ , lo que significa que mientras una variable aumenta, la otra disminuye.

A nivel nacional, La Rosa y Ochoa (2018) realizaron una investigación con el objetivo, de encontrar la relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes del 4° grado de educación secundaria de la institución educativa la ciudad de Ayacucho. El tipo de diseño que se empleó fue correlacional, con una

muestra de 36 estudiantes. El instrumento para la recolección de datos de ambas variables fueron el cuestionario sobre estrés y la ficha de análisis documental sobre rendimiento académico. Los resultados mostraron que el 69.4%, de estudiantes obtuvieron un nivel medianamente significativo de estrés, asimismo en relación a la segunda variable de rendimiento académico, el 69.4% mostraron un nivel en inicio, es decir que presentaron un rendimiento bajo. En cuanto a la relación entre ambas variables, los resultados denotaron que existe una relación directa moderada de .417.

Luna (2019) realizó un estudio con el objetivo de poder determinar la correlación existente entre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes del quinto de secundaria del Colegio Salesiano Don Bosco. La metodología que se utilizó fue cuantitativa con un tipo de diseño correlacional-transversal. Se trabajó con una muestra de 105 estudiantes. Para evaluar la primera variable, se les administró el Inventario de Estrés SISCO y para rendimiento académico se recolectó las notas obtenidas por los estudiantes durante el primer semestre. Los resultados determinaron que el 40% de los estudiantes presentaron un alto nivel de estrés, el 32% un nivel medio de estrés y solo el 28% presentaron un nivel bajo de estrés. En función a la variable de rendimiento, el 37% de los estudiantes presentan un rendimiento deficiente, el 38% un rendimiento moderado y el 24% obtuvieron un rendimiento excelente durante el primer semestre. Finalmente se concluye que existe una correlación inversa y que el grado de estrechez entre estas variables es alto, con un índice de 0.719.

León (2019) realizó una investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre ansiedad y rendimiento académico, en alumnos del nivel primario de una institución educativa de Chiclayo. El tipo de investigación es descriptiva – correlacional, de diseño no experimental y tuvo como muestra a 170 alumnos de 4°, 5° y 6° grado de primaria. Se les administro la escala de ansiedad manifiesta en niños CMAS – R y las notas de rendimiento académico. Lo resultados mostraron que el 39.29% de los alumnos tienen un nivel bajo de ansiedad, el 35,29%, un nivel alto y 25,19% en un nivel medio; asimismo, en cuanto a la variable de rendimiento académico, el 90% se encuentra en nivel alto y solo un 10% en un nivel bajo. Cabe indicar que existe relación significativa, positiva débil de 187, entre la ansiedad y

el rendimiento académico. Concluyendo que, a mayor nivel de rendimiento, mayor es el nivel de ansiedad.

Zapata (2018) llevó a cabo un estudio, que tuvo como finalidad determinar la relación entre memoria de trabajo, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico Público en el distrito de San Martín de Porres. El estudio es de tipo descriptivo de relevancia correlacional y con un diseño no experimental; su muestra estuvo conformada por 205 estudiantes de ambos sexos. Para la recolección de datos se utilizaron; tres subtest de la escala de inteligencia, para adultos de Weschler (WAIS-III), para evaluar memoria de trabajo; el inventario de Ansiedad, Rasgo (SXE) – Estado (SXR) (IDARE), para evaluar ansiedad y para rendimiento académico, se utilizó el promedio de los estudiantes de un semestre académico. Los resultados determinaron que existe relación débil entre la variable ansiedad y rendimiento académico de .017.

A nivel local, Soto y Torres (2019), realizaron un estudio con el propósito de poder determinar la relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Nacional de la ciudad de Iquitos. El diseño de la investigación fue no experimental, transversal de tipo descriptivo, correlacional. La muestra estuvo conformada por 134 estudiantes, a quienes se les administró el Inventario SISCO. Los resultados establecieron que el 76,9% obtuvieron nivel de estrés medio y el 23,1% nivel de estrés bajo; asimismo en referencia a la segunda variable, el 81,3% presentó rendimiento académico medio, el 13,4% rendimiento académico bajo y solo el 5,2%, presentó rendimiento académico alto. Se llegó a la conclusión que los estudiantes que tenían niveles bajos de estrés, presentaron un nivel de rendimiento medio y alto con 15,7% y 3,7% respectivamente; los que presentaron niveles de estrés medio, obtuvieron un Rendimiento Académico medio 65,7% y un 9,7% Rendimiento Académico bajo; además se determinó que no hubo altos niveles de estrés.

Dentro del concepto de la variable de estrés, diversos autores la definen de esta manera Melgosa (1997) la define como una reacción del organismo ante cualquier situación que le genere incomodidad o tensión, por lo que el cuerpo se

prepara para actuar, enfrentándolo o huyendo de la situación. Asimismo, se debe tener dos componentes importantes que influyen en el estrés; los agentes estresantes que son las circunstancias de nuestro entorno que producen que nos sintamos estresados y las respuestas físicas o comportamentales que tengamos ante esta situación, es decir como reaccionamos ante el estrés.

Del mismo modo, Uribe et al (2005) definen al estrés como una reacción de ajuste que se encarga de transformar nuestra manera de comportarnos. Al paralelo, activas hormonas que tienen la función de mantener la homeostasis, que es el equilibrio que debe tener nuestro organismo, mejorando así el porcentaje de supervivencia para hacerle frente a situaciones estresantes. En este proceso que tiene el cuerpo humano, están inmersos elementos neuroendocrinos, así como el sistema mesocorticolímbico que se encarga de dar respuestas anticipadas al estrés y la amígdala que interviene en la generación del miedo.

Por otro lado, Berrio y Mazo (2011) indican que el estrés se presenta mayormente en individuos que están cursando la época escolar o universitaria. Refiere que el alumno se ve sometido a continuas situaciones estresantes que les generan un desequilibrio en torno al nivel académico, y que se manifiestan en agotamiento, nerviosismo, dolor de cabeza y en algunos casos irritabilidad e incluso pueden bajar su rendimiento académico, por lo sobrecargado que es, además la presión, de sus profesores y familia influye mucho en estas situaciones, por lo que obliga al alumno a realizar acciones en busca de su bienestar puesto que es consciente que estas situaciones se presentaran a lo largo de su vida académica y que los exámenes, trabajos y exposiciones son parte de su enseñanza, por lo que debe buscar soluciones ante el estrés que le generan.

Respecto a las teorías, Lazarus y Folkman (1984) explican el estrés mediante el enfoque interaccional, que estudia el proceso entre el individuo y la situación. Esto sucede cuando el individuo valora la situación como algo que no puede superar o que no tienen los medios necesarios para hacerlo, por lo que no reacciona de manera adecuada y pone en peligro su integridad física y psicológica. Cuando una persona se enfrenta a una situación; el primer paso es analizarla y evaluar si es estresante o

se puede controlar; si en caso se evalúa como situación estresante, se determinará los posibles recursos que debe de tener el individuo para hacerle frente a dicha situación. Si en caso la situación se evalúa como controlada, se plantean estrategias de afrontamiento; la primera sería orientada al problema estresante y una orientada a realizar un cambio de cómo se percibe tan situación, regulando las emociones.

Asimismo, Selye (1935) determinó el estrés como un síndrome general de adaptación, esta teoría se basa en como el organismo del ser humano reacciona ante una situación, esto usualmente se da en varias etapas. La primera fase es de alarma, la cual el organismo desarrolla una serie de síntomas ante lo que él cree que sea una situación de estrés, por lo que siente inquietud, preocupación, irritabilidad, así como alteraciones físicas; la segunda fase de resistencia se encarga de que el individuo se adapte tanto a nivel físico como psicológico, con el propósito de negociar la situación para que sea menos catastrófica y finalmente la fase de agotamiento, la cual es vital para que el individuo afronte la situación o decaiga. Si el individuo no logra adaptarse y utilizar todos sus recursos, entran en la fase de agotamiento donde pueden presentarse situaciones más graves y que perduren en el tiempo, como la ansiedad, ataques de pánico, entre otros.

En este sentido, Holmes y Rahe (1967) postularon su teoría basada en el estímulo, que entiende al estrés como una consecuencia de los estímulos ambientales, interpretando que dichas acciones externas pueden alterar o perturbar el funcionamiento normal del individuo. A diferencia con las otras teorías mencionadas, esta se basa en que el estrés se localiza fuera del individuo. Asimismo, se entiende que cada persona posee ciertos límites de tolerancia ante el estrés, pero si se sobrepasan estos límites, pueden aparecer daños físicos y psicológicos permanente.

Es así como, Lomas (2000) refiere que el estrés es causado por múltiples situaciones que pasa una persona a lo largo de su vida. Pero también nos aclara que, si bien el estrés es multicausal, un solo evento puede causar que lo detone, pues antes de ello hay situaciones que han permanecido ocultas o en latencia.

Entre las causas sociales, Dorantes y Matus (2002) explican que el ser humano está en continua interacción con su medio, es por ello existen diferentes problemáticas que generan el estrés, como el desempleo, el sistema de salud deficiente, educación, el ruido de la ciudad. Estos estresores aumentan el nivel de estrés en la población por lo que están presente en su día, y son difíciles de controlar, es por ello que los recursos intrínsecos que tenga el individuo son vitales para hacerles frente.

Desde otra perspectiva, Hurtado (2015) da a conocer que el estrés, tiene una causa biológica, debido a que esta se origina de las funciones normales y anormales del organismo. El desequilibrio de la hormona tiroidea, tiroxina, es la que ocasiona el cansancio y por ende el estrés, puesto que hay un desajuste que debe ser tratado por un médico especialista.

Es así, que debemos entender que el ser individuo que padece de estrés, activa en su organismo un sinnúmero de respuestas comportamentales y fisiológicas, donde están involucradas neuronas y hormonas, que permiten que responda ante las situaciones de una manera más adaptativa. Este proceso consiste en tres fases: la primera es la recepción del estresor, aquí se filtra la información hacia el tálamo; la segunda fase es la programación de la reacción al estrés poniendo en juego el córtex prefrontal, aquí está implicado la toma de decisiones, la atención, la memoria a corto plazo, así como el sistema límbico que hace una pequeña comparación entre la nueva situación y los recuerdos, con la finalidad de que su respuesta sea en función a su experiencia; finalmente en la tercera fase, la amígdala y el hipocampo, activan la respuesta del organismo ante dicha situación (Duval, et al , 2010).

En este sentido, la American Psychological Association (2014) propone tres tipos de estrés. Cada uno cuenta con diferentes características y duración, por lo que es conveniente hacer un buen diagnóstico para emplear el tratamiento adecuado.

El estrés agudo es el tipo más frecuente en la población, y se da a corto plazo, así que no causa tanto daño como el estrés a largo plazo, sin embargo, se dan algunos síntomas físicos y psicológicos como: dolor de espalda, dolores musculares,

problemas para conciliar el sueño, estreñimiento, problemas estomacales, entre otros. Estos síntomas no son tan frecuentes, solo suelen darse cuando la persona está expuesta a situación estresantes y desaparecen cuando la situación ha sido resuelta.

Por otra parte, está el estrés agudo episódico, las personas que sufren este tipo de estrés están todo el tiempo agitadas, irritables y muy tensas. Tienen energía, pero están todo el tiempo nerviosas y gran parte de ellas suelen reaccionar de manera hostil ante sus pares, por lo que sus relaciones se ven deterioradas con el tiempo, debido a su carácter y falta de regulación emocional. Este grupo presenta síntomas como: sobre agitación prolongada, dolores de cabeza que son más persistentes, dolor en el pecho que pueden llegar a desarrollar una enfermedad cardíaca.

Finalmente, el estrés agudo a comparación con los anteriores mencionados, es más desgastante a largo plazo, pues está presente en el día a día de las personas. Este tipo de estrés surge puesto que la persona que lo padece no encuentra una solución ante sus problemas, y ve que la situación es interminable, ocasionando en varias ocasiones crisis nerviosas, por lo que son difíciles de tratar y requiere de una intervención médica y psicológica.

Respecto a la variable ansiedad, Sierra et al (2003) la denomina como la combinación de manifestación físicas y psicológicas, que producen agitación, sensación de catástrofe y peligro, que en muchas ocasiones no son reales y que el individuo manifiesta como amenazantes para su calidad de vida, es así como el individuo busca una solución ante la problemática, pero su percepción lo hace ver como un peligro real sin analizar la situación en sí, llegando al pánico, ocasionándole una crisis.

Por otro lado, Vindel (2011) refiere que es una emoción innata que tiene el ser humano, es normal que esa emoción forme parte del organismo, pues ante una amenaza el cuerpo reacciona, con la finalidad de hacerle frente. Este tipo de reacciones, suelen darse ante los exámenes, ante exposiciones o situaciones sociales que generan incomodidad. Dichas situaciones hacen sentir al individuo tenso, pero si la amenaza es resuelta la emoción desaparece.



Barlow (2002) recalcó que la ansiedad, es una alarma primitiva que tiene el hombre desde tiempo antiguos, y esto da en respuesta ante una amenaza, activando sus mecanismos de reacción, asimismo la cataloga como una emoción, que está orientada hacia las situaciones que puedan suceder en el futuro, asimismo refiere que tiene que ver mucho con la percepción del individuo, el cual ve a todos los acontecimientos como futuras situaciones catastróficas para su vida.

Las teorías más resaltantes de la ansiedad son las planteadas por: Beck y Emery (1985) quienes desarrollaron la teoría cognitivista de la ansiedad, explicando su origen desde los esquemas cognitivos que adquiere el ser humano. Es así como parte de la premisa, de que el ser humano a lo largo de su vida ha adquirido experiencias, es decir, situaciones que lo hacen sentirse amenazado. Esta activación se da cuando dichas situaciones logran que el individuo tenga pensamientos automáticos, imágenes amenazantes, o emociones que no puede controlar. Esta percepción sobre el problema lo hace sentirse agitado y tembloroso pues se siente incapaz para enfrentarlo, lo que ocasiona que el individuo vea todo como catastrófico y sin solución, puesto que sus pensamientos lo dominan y no dejan que utilice sus recursos de afrontamiento.

Desde otra perspectiva, Spielberger (1972), en su teoría de la ansiedad estado-rasgo, manifestó que existe dos subtipos; la ansiedad como estado, que es un estado emocional inmediato que se puede modificar y desaparecer en el tiempo, ocasiona pensamientos negativos, nerviosísimo, angustia que repercuten en nuestro cuerpo con tensiones musculares, falta de respiración entre otros; en relación a la ansiedad como rasgo hace referencia a las diferencias individuales de ansiedad que son estables y aparecen ante cualquier situación que les genere peligro, en este sentido, los sujetos con alto grado de ansiedad-rasgo perciben un mayor rango de situaciones como amenazantes.

Por otro lado, Freud (1917) en su Teoría psicodinámica señaló que el individuo tiene conflictos internos, miedos y experiencias traumáticas en los primeros años de vida, y que esto han sido guardado en nuestra inconsciente y que mediante situaciones que nos generen miedo se activan y mandan una alerta al Yo,

que saca a flote todas las situaciones no resueltas que en muchos de los casos paraliza al individuo y en otros activa su mecanismo de defensa, para protegerlo de estas amenazas.

Finalmente, referente a la variable rendimiento académico, Chadwick (1979) la denomina como un conjunto de capacidad y habilidades que posee el estudiante y que va desarrollando a medida de la enseñanza otorgada por su docente, cuyo resultado se ven reflejado en notas, que pueden ser aprobatorias o desaprobatorias debido a que evalúan el nivel alcanzado durante un determinado tiempo. Esto depende también de factores externos, como la motivación que tiene el alumno, los recursos que posee para poder desenvolverse bien en sus actividades académicas y los estresores que pueden influir de manera negativa en su educación.

Por otro lado, Navarro (2003) refiere que es la suma de dos importantes dimensiones: proceso y resultado. El proceso es una serie de conocimientos que adquiere el individuo a través de las clases y de calidad de la enseñanza; y el resultado por su parte, es el producto cuantitativo que obtiene el estudiante que corrobora su esfuerzo durante su etapa académica.

De acuerdo con, Tonconi (2010) el rendimiento académico es el nivel de conocimientos acumulados por el estudiante en determinadas áreas escolares o actividades propias de la currícula educativa, que se ve evidenciado a través calificaciones ponderadas en el sistema vigesimal que confirman el resultado de su aprendizaje y la capacidad de enseñanza de sus docentes, por lo que es de vital importancia la colaboración de ambas partes, tener logros significativos.

En cuanto a los factores que impactan el rendimiento académico de los estudiantes, están los personales e institucionales (Martínez, 2015).

Los Factores personales son aquellas características que tiene que tener el estudiante para que tenga un rendimiento académico eficiente o deficiente, entre ellos está la motivación que tiene el estudiante para cumplir con las actividades académicas, como exámenes, tareas, exposiciones, concursos, entre otros; también

influye mucho los hábitos de estudio que tenga el propio estudiantes, como una buena organización de su tiempo, técnicas de estudio, definir metas a corto o largo plazo y tener un lugar de estudio apropiado, evitando así distracciones; asimismo el bienestar psicológico que tenga en estudiante lograra influirá mucho en su aprendizaje y por ende en su rendimiento, ya que si el estudiante sufre de estrés, ansiedad, bullying o violencia en el hogar, no podrá concentrarse en el colegio lo que impide que se concentre y por ende tenga un bajo rendimiento académico.

Los factores institucionales no solo tienen que ver únicamente con la enseñanza que proporcionan los docentes y la institución, sino con todas las dimensiones de la cultura escolar; entre ellos está la infraestructura, debido a que, si el alumno no se encuentra en un lugar cómodo para estudiar, impedirá su concentración y por ende su aprendizaje; por otro lado los materiales de enseñanza deben tener un enfoque tecnológico con el fin de que motive al alumno a escuchar la clase gracias a lo didáctico que son las exposiciones, asimismo las actividades que se generen en aula o fuera de esta deben ser retadoras e interesantes para lograr un mejor entendimiento del alumno.

A partir de lo anterior, se procedió a formular la hipótesis general, la cual busca conocer si existe relación entre estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la I.E Fe y Alegría, Iquitos- 2022, y mientras que la hipótesis nula, sostiene que no existe relación entre estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos- 2022. Asimismo, las hipótesis específicas, buscan determinar la presencia de ansiedad, estrés y rendimiento académico, de los estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos- 2022.

### **Operacionalización de la variable de estudio.**

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumentos	Escala de Medición
Estrés y ansiedad	En cuanto a la ansiedad se define como la anticipación de eventos catastróficos, y la respuesta de miedo irracional ante a una amenaza de daño inexistente (Lovinbond y Lovinbond, 1995)	Para la evaluación de la variable se utilizó la Escala de depresión, ansiedad y estrés DASS-21, que comprende un cuestionario de 21 ítems que evalúa depresión, estrés y ansiedad	Estrés	18,6,11,1,12,8,14	7 ítems	Escala de depresión, ansiedad y estrés DASS-21	Ordinal
Ansiedad	El estrés se concibe como un estado de sobreactivación recurrente que refleja la dificultad hacer frente a los problemas y demandas de la vida, causando en el sujeto un	Para la evaluación de la variable se utilizó la Escala de depresión, ansiedad y estrés DASS-21, que comprende un cuestionario de 21 ítems, con 3 escalas depresión, estrés y ansiedad (7 ítems por escala)	Ansiedad	19,4,20,7,9,15,2	7 ítems	Escala de depresión, ansiedad y estrés DASS-21	Ordinal

	Estado, la baja tolerancia a la frustración (Lovinbond y Lovinbond, 1995)						
Rendimiento Académico	Tonconi (2010) el rendimiento académico es el nivel de conocimientos acumulados por el estudiante en determinadas áreas escolares o actividades propias de la currícula educativa.	Para la evaluación de la variable se utilizó las notas de los estudiantes.	-	Calificaciones de los estudiantes	-	Registro de notas de I. E.	Ordinal

## II. MÉTODOLÓGIA

### 2.1 Objeto de estudio:

La investigación fue de tipo descriptiva-correlacional; porque, permitió medir y describir las variables, estrés, ansiedad y rendimiento académico. Hernández et al (2014), señalan que este tipo de investigación permite mostrar la relación entre las variables y describir las mismas.

Se trabajó el método de investigación cuantitativa, porque permitió recopilar datos mediante los resultados obtenidos, de la población. Alan y Cortez (2017) hacen referencia que este método se basa aspectos numéricos para investigar la problemática a fondo.

El diseño de investigación fue no experimental, porque no se manipulo las variables y de corte transversal porque se dio en único y determinado momento. Hernández et al (2010) indican que el objetivo se centra en no manipular las variables, para tener datos fiables.

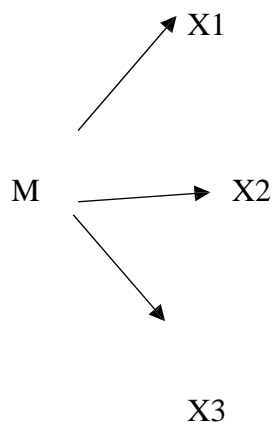
M: Muestra.

X1: Variable de estudio.

X2: Variable de estudio.

X3: Variable de estudio.

O1: Resultados de la medición de la variable.



La población estuvo conformada por 100 estudiantes, de los cuales 32 estudiantes pertenecen 3ero de secundaria; 34 tanto en 4to como 5to grado de secundaria; cuyas edades oscilan entre los 15 y 17 años, que pertenecían a la Institución Educativa N° 46 Fe y Alegría de la ciudad de Iquitos, con un nivel socioeconómico bajo.

**Tabla 01:** *Distribución de los estudiantes de 3ero, 4to y 5to de la Institución Educativa N° 46 Fe y Alegría.*

Sexo	N° de estudiantes por grado			Total
	3ero	4to	5to	
Femenino	14	19	18	51
Masculino	18	15	16	49
Total	32	34	34	100

Para Hurtado (1998) manifiesta que “en las poblaciones pequeñas o finitas no se selecciona muestra alguna para no afectar la validez de los resultados” (p.77). En vista de que la población es pequeña se tomará toda para el estudio y esta se denomina muestreo censal, López (1998), opina que “la muestra es censal es aquella porción que representa toda la población” (p.123). Por tanto, la muestra estuvo conformada por 100 estudiantes de 3ero, 4to y 5to, de educación secundaria, de la Institución Educativa N° 46 Fe y Alegría de la ciudad de Iquitos.

Para el proceso de selección de la muestra se establecieron como criterios de inclusión; que sean estudiantes de ambos sexos, que aceptaron participar en la investigación; al tiempo que respondan a todos los ítems de la prueba y cuyas edades oscilen entre los 15 a 17 años.

Mientras que, para los criterios de exclusión, se estableció que aquellos estudiantes, que no acepten participar de la investigación y/o no respondan a la totalidad de los ítems, no serán asumidos como parte de la muestra de investigación. Usando para ello, un tipo de muestreo censal,

debido a que la muestra es toda la población. Hayes (1999) indica que este tipo de método se utiliza cuando es necesario saber las opiniones de todas las personas evaluadas.

## **2.2. Instrumentos, técnicas, equipos de laboratorio de recojo de datos**

Se utilizó la técnica de la encuesta, debido a que permitió recolectar la información mediante un conjunto de preguntas, orientadas a medir las variables (López y Fachelli, 2015).

La recolección de la información se aplicó, como instrumento la escala de depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21), adaptada por Antúnez & Vinet, 2012; Román, Vinet, & Alarcón en el 2014, que evalúa los niveles de depresión, ansiedad y estrés a adolescentes, compuesta por 21 ítems, y 3 escalas, y cada escala contiene 7 ítems, que van desde 0 (No se aplica a mí en absoluto) a 3 (se aplica a mí, mucho. Casi Siempre). Asimismo, tiene una validez que oscila entre 0.30 y 0.88 y confiabilidad que se encuentra expresada en Alpha Cronbach que van de 0.88 y 0.91.

## **2.3 Análisis de la información**

El estudio tuvo como fase inicial el consentimiento del director la I.E, asimismo, se solicitó la firma correspondiente de los padres de los estudiantes y se recolectó la lista de notas de los estudiantes. Asimismo, se procedió aplicar la escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21) cuyos resultados fueron tabulados mediante una base de datos en el programa Microsoft Excel 2019, y posteriormente se utilizó el programa estadístico SPSS versión 25, para medir la relación entre las variables, así como la prueba de normalidad. Se utilizó, la prueba no paramétrica de  $X^2$  de Pearson (chi cuadrado) para ver la discrepancia en la distribución y constatar la hipótesis, y la prueba de coeficiente de correlación de Pearson que mide la relación estadística entre dos variables.



## **2.4 Aspectos éticos en investigación**

La ética investigativa, en el presente trabajo consideró los principios éticos del Código de ética y deontología del Colegio de Psicólogos del Perú (CPP, 2018) el cual manifiesta que ante cualquier investigación se debe de mantener la privacidad de aquellas personas que deciden participar y su previo consentimiento. Asimismo, los resultados fueron manejados únicamente por la investigadora, sin manipulación alguna de los resultados.

### III.RESULTADOS

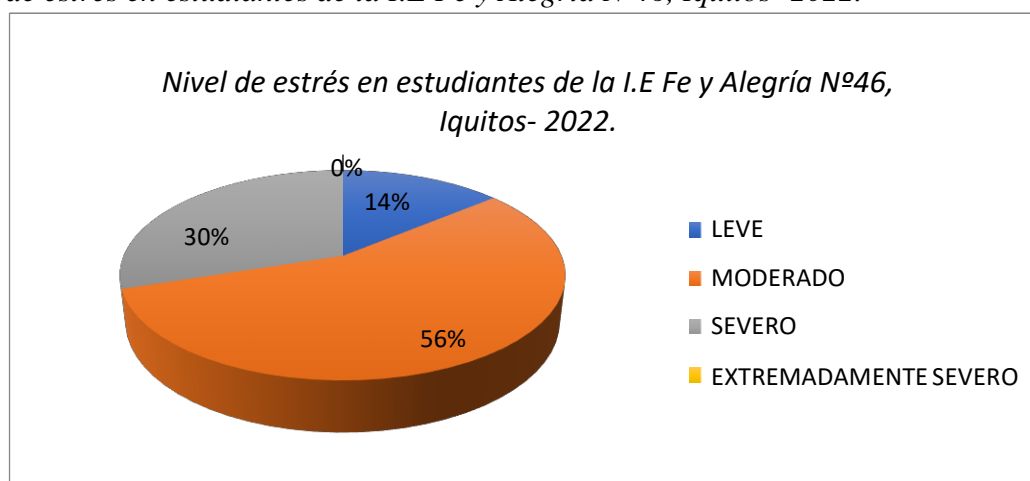
**Tabla 2:**

*Nivel de estrés en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos- 2022.*

Nivel de Estrés	N ° Estudiantes	Porcentaje
Nivel Leve	14	14%
Nivel Moderado	56	56%
Nivel Severo	30	30%
Nivel Extremadamente Severo	0	0%
Total	100	100%

**Gráfico 1:**

*Nivel de estrés en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos- 2022.*



Fuente: Tabla 2

Se observó que el 56%, de los estudiantes se ubicaron en un nivel moderado de estrés, el 30% en un nivel severo y solo el 14% en un nivel leve, lo que indica cambios de humor como. Irritabilidad, incapacidad para relajarse, falta de energía y cansancio.

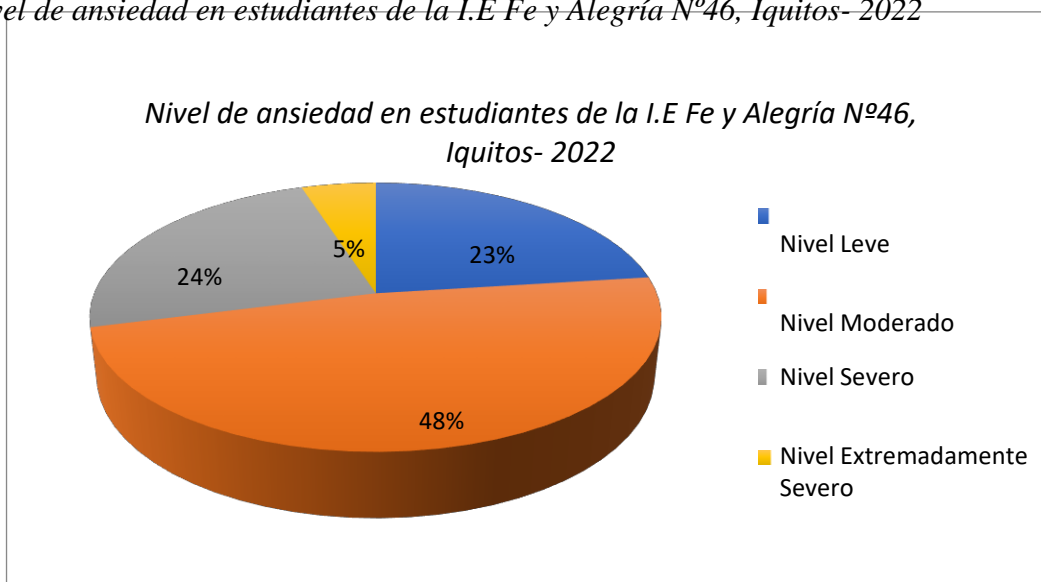
**Tabla 3:**

*Nivel de ansiedad en estudiantes de la I.E Fe y Alegría, Iquitos- 2022.*

Nivel de Ansiedad	N ° Estudiantes	Porcentaje
Nivel Leve	23	23%
Nivel Moderado	48	48%
Nivel Severo	24	24%
Nivel Extremadamente Severo	5	5%
Total	100	100%

**Gráfico 2:**

*Nivel de ansiedad en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos- 2022*



Fuente: Tabla 3

Se observó que el 48% de los estudiantes se encuentran en un nivel moderado de ansiedad, el 24% en un nivel severo, el 23% en un nivel leve y solo un 5% en nivel extremadamente severo, lo que indica que los estudiantes presentaron, sensación de nerviosismo, agitación, tensión y pánico.

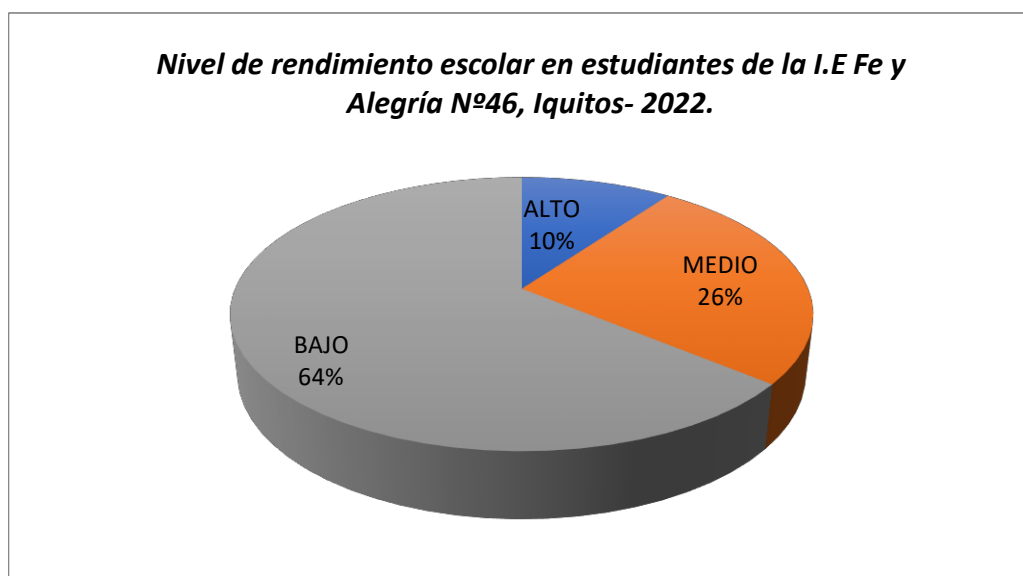
**Tabla 4:**

*Nivel de rendimiento escolar en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos- 2022.*

Nivel de Rendimiento Académico	N ° Estudiantes	Porcentaje
Nivel Alto	10	10%
Nivel Medio	26	26%
Nivel Bajo	64	64%
Total	100	100%

**Gráfico 3:**

*Nivel de rendimiento escolar en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos- 2022.*



Fuente: Tabla 4

Se observa, que el 64% de los estudiantes tuvieron un rendimiento bajo durante toda la primera unidad del año escolar, el 26% se ubicó en un nivel medio y solo el 10% se encontró en un nivel alto, lo que indica que los estudiantes no alcanzaron notas favorables debido a circunstancias internas, como el estrés y ansiedad.

**Tabla 5:**

*Relación de estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos - 2022.*

		RHO	p
Rendimiento	ansiedad	-0.460	<.001
Académico	Estrés	-0.421	<.001

Por los resultados obtenidos, se ha permitido corroborar la hipótesis alternativa “existe relación entre estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos -2022”

Por lo que se rechaza la hipótesis nula que señala que no existe relación entre las variables. Determinando que existe relación negativa entre la variable ansiedad y rendimiento académico, siendo un  $\text{Pho} = -0.460 < .001$ ; señalando que, a mayor nivel de ansiedad menor rendimiento académico; asimismo, se determinó que existe una relación negativa entre la variable de rendimiento académico y estrés, siendo un  $\text{Pho} = -0.421 < .001$ ; señalando que a mayor nivel de estrés menor rendimiento académico, puesto que el nivel de significancia es  $< .005$ .

#### IV. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Al analizar los resultados, se procede a discutir los principales hallazgos. En cuanto al objetivo general, determinar la relación de estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos - 2020, se logró evidenciar que, existe una relación negativa entre la variable estrés y rendimiento académico con un  $Pho = -0.421 <.001$ , y entre la variable ansiedad y rendimiento académico siendo un  $Pho = -0.460 <.001$ ; señalando que mientras una variable suba la otra baja; estos resultados son semejantes a Marmilla y Rivera (2015) determinaron que existe una correlación negativa entre estrés y rendimiento académico con  $r = -0,4873$ , del mismo modo, Macías (2020) cuyos resultados se demostraron que existe una correlación negativa débil entre la ansiedad y Rendimiento Académico de  $-.209$ , lo que significa que mientras una variable aumenta, la otra disminuye. De igual manera, estos resultados son respaldados por Berrio y Mazo (2011) que manifiesta que el estrés, está presente en los individuos que cursan la etapa escolar o universitaria y que ocasiona un desequilibrio que se manifiesta en agotamiento, nerviosismo, dolor de cabeza y en algunos casos irritabilidad ocasionado un bajo rendimiento académico; asimismo, Jadue (2001) indica que los altos niveles de ansiedad reducen la eficiencia en el aprendizaje, debido a que disminuye su concentración, su foco de atención y por consecuencia su rendimiento escolar, por lo que si un estudiante baja sus niveles de ansiedad, podrá desenvolverse satisfactoriamente en su ámbito escolar mejorando su rendimiento.

Referente al primer objetivo específico, detallar el nivel de estrés en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos 2022; los resultados determinaron que el 56%, de los estudiantes se ubicaron en un nivel moderado de estrés, el 30% en un nivel severo y solo el 14% en un nivel leve, presentando falta de energía, tensión y falta de motivación; estos resultados son similares a los Soto y Torres (2019) que demostraron que el 76,9% de los estudiantes obtuvieron niveles de estrés medio. Estos hallazgos son respaldados por American Psychological Association (2014) que manifiesta que las personas que sufren de estrés agudo episódico, están todo el tiempo agitadas, irritables y muy tensas, reaccionado de manera hostil ante sus pares.

Respecto, al segundo objetivo específico, identificar el nivel de ansiedad en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos 2022; se observó que el 48% de los estudiantes se encuentran en un nivel moderado de ansiedad, el 24% en un nivel severo, el 23% en un nivel leve y solo un 5% en nivel extremadamente severo, estos resultados son similares a Macías (2020), cuyos resultados determinaron que 31.31% de los estudiantes se encontraron en una categoría media alta de ansiedad. esta perspectiva Beck y Emery (1985) en su teoría cognitivista de la ansiedad, el ser humano reacciona ante los problemas debido a su percepción lo que ocasiona que algunos vean todo como catastrófico y sin solución, mientras que otros utilizan sus recursos de afrontamiento.

Finalmente, en el tercer objetivo específico de, analizar el nivel de rendimiento escolar en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46 durante la pandemia Covid 19, los resultados, determinaron que el 64%, de los estudiantes tuvieron un rendimiento bajo, el 26% se ubicó en un nivel medio y solo el 10% se encontró en un nivel alto; estos resultados son similares a Rosa y Ochoa (2018) que determinó, el 69.4% mostraron un nivel en inicio, es decir que presentaron un rendimiento bajo. Martínez (2015) señala que el rendimiento académico se ve influenciado por dos factores; el factor personal que puede ser: malos hábitos de estudio, violencia familiar en el hogar, estrés o ansiedad, y factores institucionales como: la enseñanza que proporcionan los docentes, el no contar con un espacio adecuado que impide su concentración y por ende su aprendizaje.

## V. CONCLUSIONES

- Se determinó que existe una relación negativa entre la variable de rendimiento académico, ansiedad y estrés, señalando que mientras una variable suba la otra baja; es decir, que mientras el estudiante tenga altos niveles de ansiedad menor será su rendimiento académico, y si sus niveles de ansiedad bajan, mayor será su rendimiento.
- Conforme a los niveles de estrés, el 56% de los estudiantes se ubicaron en un nivel moderado, 30% en un nivel severo, solo el 14% se ubicó en un nivel leve, lo que permitió concluir que el 86% de la población estudiantil, presenta síntomas de estrés que perjudican su rendimiento académico.
- En cuanto a los niveles de ansiedad, se llegó a la conclusión que el 48% de los estudiantes se encuentran en un nivel moderado, el 24% nivel severo, el 23% en un nivel leve y solo un 5% en nivel extremadamente severo. Lo que indica que el 77% de los estudiantes, presenta síntomas ansiosos que van desde moderados a severos.
- Finalmente, en relación al rendimiento académico, el 64% de los estudiantes tuvieron un rendimiento bajo, el 26% se ubicó un nivel medio y solo el 10% destacó, obteniendo un nivel alto.



## **VI. RECOMENDACIONES.**

- Al director de la Institución Educativa N° 46 Fé y Alegría, se le indico hacer la debida coordinación con la UGEL, con la finalidad de contratar un psicólogo, que pueda atender los problemas de salud mental dentro del plantel.
- Al director de la Institución Educativa N° 46 Fé y Alegría, en coordinación con el área de tutoría, realizar consecutivamente escuela de padres, con el objetivo de proporcionar a los padres información, orientación y asesoramiento para un mejor desarrollo de los estudiantes.
- A los maestros de la Institución, realizar un seguimiento de la evolución del estudiante, con la finalidad de comprobar su mejoría.
- A los maestros, implementar nuevas técnicas y estrategias de enseñanza en el aula, como las TIC, el trabajo colaborativo, con la finalidad que el alumno este motivado, así pueda mejorar su aprendizaje y por ende su rendimiento.
- Se recomienda elaborar, planificar y ejecutar programas de Desarrollo de habilidades blandas enfocado en gestión del cambio, productividad y manejo de estrés y ansiedad para mejorar su desempeño académico.
- Se sugiere a futuro, correlacionar la variable de estudio, con otras que puedan generar impacto o consecuencia en la misma, con la finalidad de conocer a profundidad la problemática en la población estudiantil.
- Se indico a los futuros investigadores, ampliar el tamaño de la muestra, con la finalidad de que los resultados obtenidos puedan ser generalizables.

## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Alan, D. y Cortez, L. (2017). Procesos y fundamentos de la investigación científica.  
EditorialUtmach.<http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14232/1/Cap.4-Investigaci%C3%B3n%20cuantitativa%20y%20cualitativa.pdf>
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5. Editorial Médica Panamericana.  
<https://www.eafit.edu.co/ninos/reddelaspreguntas/Documents/dsm-v-guia-consulta-manual-diagnostico-estadistico-trastornos-mentales.pdf>
- Barlow, D. (2002). Ansiedad y sus trastornos: La naturaleza y el tratamiento de la ansiedad y pánico. Editorial Nueva York: The Guilford Press.
- Beck, A. & Emery, G. (1985). Anxiety and phobias: A cognitive perspective. Basic Books.
- Berrío, N. y Rodrigo, M (2011). Estrés académico. Revista de Psicología Universidad de Antioquia, 3(2), 65-82  
<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v3n2/v3n2a6.pdf>
- Bobadilla, J. (2006). La estrategia lúdico-lego dacta, para elevar el rendimiento escolar en el área de Educación para el Trabajo en los alumnos del 1er. Grado de Educación Secundaria de la I.E. “Champagnat” de Tacna. [Tesis de Licenciatura], Universidad Privada de Tacna.
- Bolaños, F. (1997). Propuesta de un sistema de soporte para la evaluación académica en la UNED de Costa Rica. VIII Congreso Internacional sobre Tecnología y Educación a Distancia. La educación a distancia como una solución de calidad para el Siglo XXI. San José, Costa Rica: UNED.
- Chacón, J (2020). Trastorno de Ansiedad en Situación de Pandemia por Covid-19. [Tesis de Maestría, Universidad San Carlos de Guatemala].  
<http://www.repositorio.usac.edu.gt/15088/1/19%20MC%20TG-3578-Chac%C3%B3n.pdf>
- Chadwick, C. (1979). Tecnología Educacional para el Docente. Editorial Paidós
- Clark, L & Watson, D. (1991). Tripartite model of anxiety and depression: Psychometric evidence and taxonornic implications. Journal of Abnormal Psychology, 100, 316-336

- Colegio de Psicólogos del Perú. (2018). *Código de ética y deontología*.  
[http://api.cpsp.io/public/documents/codigo\\_de\\_etica\\_y\\_deontologia.pdf](http://api.cpsp.io/public/documents/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf)
- Dorantes, C, y Matus, G. (2002). El estrés y la ciudad. *Revista del Centro de Investigación Universidad La Salle*, 5(18), 71-77.  
<https://www.redalyc.org/pdf/342/34251807.pdf>
- Duval, F., González, F. y Rabia, H. (2010). Neurobiología del estrés. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 48 (4), 307-318.  
<http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272010000500006>
- El fondo de las naciones unidas para la infancia (4 de marzo de 2021). *Por lo menos 1 de cada 7 niños y jóvenes ha vivido confinado en el hogar durante gran parte del año, lo que supone un riesgo para su salud mental y su bienestar*. <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/1-cada-7-ninos-jovenes-ha-vivido-confinado-hogar-durante-gran-parte-ano>
- Foa, E., & Kozak, M. (1986). Emotional processing of fear: exposure to corrective information. *Psychological bulletin*, 99(1), 20-35.  
<https://doi.org/10.1037//0033-2909.99.1.20>
- Freud, S. (1971). *Introducción al psicoanálisis*. Alianza Editorial
- García, O. y Palacios, R. (1991). Factores condicionantes del aprendizaje en lógica matemática. [Tesis de Maestría], Universidad San Martín de Porres
- García, F. (2017). Ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de 7 a 15 años de la unidad educativa navarra del sur de quito, durante junio y julio del 2017. [Tesis de doctorado, Universidad Católica del Ecuador].  
<http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/14185/Tesis%20Ansiedad%20y%20Rendimiento%20acad%20c3%a9mico%20final.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* 6ª ed. McgrawHill.
- Hernández, R., Fernández., C., y Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. (5ª ed) McGrawHill.
- Holmes, T. & Rahe, R. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.

- Hurtado, M. (19 de mayo de 2015). Estrés y Enfermedades Tiroideas. [https://www.drahurtado.com/blog-de-enfermedades-del-tiroides/estres-y-enfermedades-tiroideas#:~:text=1\)%20El%20stress%20adrenal%20interrumpe,conver%20si%20de%20T4%20a%20T3](https://www.drahurtado.com/blog-de-enfermedades-del-tiroides/estres-y-enfermedades-tiroideas#:~:text=1)%20El%20stress%20adrenal%20interrumpe,conver%20si%20de%20T4%20a%20T3).
- Jadue, G. (2001). Algunos Efectos de la Ansiedad en El Rendimiento Escolar. *Estudios Pedagógicos*, 27(1), 111-118. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052001000100008>
- Lázaro, R. y Folkman, S. (1984). El concepto de estrés en la vida. *ciencias En R. Lazarus S. & Folkman (Eds.), Estrés, evaluación y afrontamiento*. Editorial: Springer
- La Rosa, S. y Ochoa, G. (2018). Estrés y rendimiento académico en estudiantes del Nivel Secundaria de Socos, Ayacucho - 2018. [Tesis de Maestría, Universidad César]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/28857>
- León, N. (2019). Ansiedad y Rendimiento Académico en Alumnos del Nivel Primario de una Institución Educativa de Chiclayo, 2019. [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/8591/Le%20Mera%20Nancy%20Patricia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Lomas, B. (2000). *Stress and Time Management* Hayling Island. Editorial: Rowmark.
- Luna, J. (2019). Correlación entre el Estrés Académico y el Rendimiento de los estudiantes del quinto año de Secundaria del Colegio Salesiano Don Bosco de Arequipa, 2018. [Tesis de Maestría, Universidad Nacional de San [Agustín](#)]. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/8100/EDMlusajl.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- La Organización Panamericana de la Salud (2017). Estado de Salud Mental en la Población. Editorial OPS. <https://www.paho.org/salud-en-las-americas-2017/ro-mental-es.html>
- Macías, M. (2020). La Ansiedad y El Rendimiento Académico en Estudiantes de Séptimo Grado de Educación General Básica de la Unidad Educativa

- José Herboso, Guayaquil 2020. [Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47885/Mac%c3%adas\\_GMJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47885/Mac%c3%adas_GMJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Martín, M. (2015). Optimización del proceso de selección para incrementar la eficiencia terminal en los programas de posgrado [Tesis de doctorado, Universidad de Granada, España] <https://hera.ugr.es/tesisugr/2569697x.pdf>
- Melgosa, J. (1997). Nuevo estilo de vida. ¡Sin estrés!. Editorial: Safeliz.
- Ministerio de educación (5 de noviembre de 2020). La Educación en Tiempos de Covid-19: Reflexiones y Aprendizajes. <https://www.care.org.pe/la-educacion-en-tiempos-de-covid-19-reflexiones-y-aprendizajes/>
- Navarro, E. (2003). El Rendimiento Académico: concepto, investigación y desarrollo. Revista electrónica iberoamericana sobre calidad, eficacia y cambio en la educación. Julio/diciembre, 1(2) 12-14. <https://www.redalyc.org/pdf/551/55110208.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (2018). CIE-10. Clasificación Internacional de Enfermedades. Editorial OMS. [https://www.sanidad.gob.es/eu/estadEstudios/estadisticas/normalizacion/CIE10/CIE10ES\\_2018\\_diag\\_pdf\\_20180202.pdf](https://www.sanidad.gob.es/eu/estadEstudios/estadisticas/normalizacion/CIE10/CIE10ES_2018_diag_pdf_20180202.pdf)
- Selye, H. (1956). The Stress of Life. Editorial: Mc Graw-Hill.
- Soto, P. y Torres, J (2019) Estrés y Rendimiento Académico en Estudiantes de La Facultad de Medicina Humana. Unap. Iquitos, 2012 [Tesis de Maestría, Universidad Nacional de la Amazonia Peruana]. <https://library.co/document/zwvypn4lq-estres-rendimiento-academico-estudiantes-facultad-medicina-humana-iquitos.html>
- Sierra, J., Ortega, V. y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. Revista Mal Estar e Subjetividade, 3(1), 10-59. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1518-61482003000100002&lng=pt&tlng=es](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482003000100002&lng=pt&tlng=es).
- Spielberger, C. (1972). Anxiety as an Emotional State. In C. D. Spielberger (Ed.), Anxiety: Current Trends in Theory and Research. Academic Press, 1(1), 23-49. <http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-657401-2.50009-5>

- Tonconi, J. (2010). Factores que Influyen en el Rendimiento Académico y la Deserción de los Estudiantes de la Facultad de Ingeniería Económica de la UNA-Puno (Perú). Cuadernos de Educación y Desarrollo, 2(11). 114-119 <https://ideas.repec.org/a/erv/cedced/y2010i1111.html>
- Universidad Nacional de Mexico (2020) Educación y pandemia. Una visión académica. Instituto de Investigaciones sobre la Universidad y la Educación, Centro Cultural Universitario. [https://www.iisue.unam.mx/investigacion/textos/educacion\\_pandemia.pdf](https://www.iisue.unam.mx/investigacion/textos/educacion_pandemia.pdf)
- Uribe, F., Gómez, J., Mesa, F. y Lezcano, L. (2005) Ejes neuroendocrinos del estrés, síndrome metabólico y alteraciones psiquiátricas del síndrome de Cushing. Revista Médica Universidad de Antioquia. 18(4) 431-445. <http://www.scielo.org.co/pdf/iat/v18n4/v18n4a06.pdf>
- Vindel, A. (9 de agosto de 2011). Ansiedad como emoción. <http://pendientedemigracion.ucm.es/info/seas/faq/ansiedad.htm>
- Zapata, k (2018). Relación entre memoria de trabajo, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de un ISTP en el Distrito de San Martín de Porres. [Tesis de Maestría, Universidad Cayetano Heredia]. [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/3892/Relacion\\_ZapataPina\\_Karina.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/3892/Relacion_ZapataPina_Karina.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

## ANEXOS

### Anexo 1: Instrumento de recolección de la información

#### ESCALA DE DEPRESIÓN, ANSIEDAD Y ESTRÉS DASS-21

Por favor lea las siguientes afirmaciones y coloque un círculo alrededor de un número (0, 1, 2, 3) que indica en qué grado le ha ocurrido a usted esta afirmación durante la semana pasada. La escala de calificación es la siguiente:

0: No me ha ocurrido;

1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;

2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;

3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte de tiempo.

Nº	ÍTEM	0	1	2	3
1	Me ha costado mucho descargar la tensión				
2	Me di cuenta que tenía la boca seca				
3	No podía sentir ningún sentimiento positivo				
4	Se me hizo difícil respirar				
5	Se me hizo difícil tomar la iniciativa para hacer cosas				
6	Reaccioné exageradamente en ciertas situaciones				
7	Sentí que mis manos temblaban				
8	He sentido que estaba gastando una gran cantidad de energía				
9	Estaba preocupado por situaciones en las cuales podía tener pánico o en las que podría hacer el ridículo				
10	He sentido que no había nada que me ilusionara				
11	Me he sentido inquieto				
12	Se me hizo difícil relajarme				
13	Me sentí triste y deprimido				
14	No toleré nada que no me permitiera continuar con lo que estaba haciendo 0 1 2 3				
15	Sentí que estaba al punto de pánico				
16	No me pude entusiasmar por nada				
17	Sentí que valía muy poco como persona				
18	He tendido a sentirme enfadado con facilidad				
19	Sentí los latidos de mi corazón a pesar de no haber hecho ningún esfuerzo físico				
20	Tuve miedo sin razón				
21	Sentí que la vida no tenía ningún sentido				

## Ficha Técnica

<b>Nombre original del instrumento</b>	Escala de depresión, ansiedad y estrés DASS-21
<b>Autor y año:</b>	Peter Lovibond y Sydney Harold Lovibond (1995).
<b>Adaptación en el Perú:</b>	Ida Contreras-Mendoza, Lincol Orlando Olivas-Ugarte y Carlos De La Cruz- Valdiviano, 2019
<b>Objetivo del instrumento</b>	Evalúa los niveles de depresión, estrés y ansiedad
<b>Usuarios</b>	Adolescentes y adultos jóvenes
<b>Forma de administración o modo de aplicación</b>	Su aplicación puede ser individual o colectiva, comprende un cuestionario de 21 ítems, el cual serán respondidos por los participantes con respuestas que van del 0 al 3
<b>Validez</b>	La correlación entre sus ítems oscila entre .30 y .88
<b>Confiabilidad:</b>	Se encuentra expresada en Alpha Cronbach que van de .88 y .91.



## **Validez y confiabilidad del instrumento**

### Validez

En cuanto a la validez convergente y divergente, se observaron correlaciones considerables entre escalas del DASS - 21 y los instrumentos utilizados (y escalas de éstos) que miden constructos similares ( $r = .63$  para la escala de depresión del DASS y escala de depresión del SCL - 90 - R, y  $r = .78$  para la escala de ansiedad del DASS con BAI). A su vez, tanto la menor correlación entre escalas del DASS -21 y escalas de SCL - 90 - R que miden otras dimensiones, como entre el BAI y la escala de depresión del DASS - 21 ( $r = .57$ ), y entre el BDI - II y la escala de ansiedad del DASS - 21 ( $r = .63$ ), respaldarían la validez divergente.

### Análisis de Confiabilidad DASS – 21

Las escalas de depresión y estrés presentaron un alfa de .85 y .83 respectivamente, mientras que en la escala de ansiedad se obtuvo un alfa de .73. En conjunto, los ítems que componen el DASS – 21 presentaron un alfa de .91. Asimismo, el BAI presentó un alfa de .87 y el BDI – II arrojó un índice de consistencia interna alfa de .88. Estos datos respaldan la consistencia interna de ambos instrumentos al ser aplicados en una muestra de universitarios chilenos. En tanto, el SCL – 90 – R presentó adecuados índices de consistencia interna en todas sus escalas, siendo solo la escala de Ansiedad Fóbica la que presenta un valor alfa menor a .70

## Anexo 2: Consentimiento informado

Mediante la presente investigación la Br. Iris Paola Paredes Valera con DNI 05407746 egresada del Programa de Estudios de Psicología de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, solicita el consentimiento del Director Víctor Hugo Ruiz Gutiérrez de la I.E Fe y Alegría N°46, para aplicar el Escala de depresión, ansiedad y estrés DASS-21 a los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de Secundaria.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación.

Asimismo, la Investigadora Responsable se compromete a brindar un informe de investigación que se genere al final del estudio.



---

Mg. Dr. Víctor Hugo Ruiz Gutiérrez

**Anexo 3: Matriz de categorías y subcategorías**

Titulo	Formulación del problema	Objetivos	Variables	Dimensiones	Metodología
<p>Estrés, Ansiedad Y Rendimiento Académico en estudiantes de la I.E Fé Y Alegria N° 46, Iquitos - 2022.</p>	<p>¿Existe relación entre estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la IE Fe y Alegría N° 46, Iquitos, 2022?</p>	<p>Objetivo General                      Determinar la relación entre estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos - 2022.</p> <p>Objetivo Específico                      Detallar el nivel de estrés en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46 Iquitos - 2022.</p> <p>Identificar el nivel de ansiedad en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos - 2022.</p> <p>Analizar el nivel de rendimiento escolar en estudiantes de la I.E Fe y Alegría N°46, Iquitos - 2022.</p>	<p>Estrés,                      Ansiedad y                      Rendimiento                      Académico</p>	<p>Estrés                      Ansiedad                      Rendimiento                      académico</p>	<p><b>Tipo:</b>                      Cuantitativo.</p> <p><b>Nivel:</b>                      Descriptivo-                      Correlacional.</p> <p><b>Diseño:</b> No                      Experimental</p>

#### Anexo 4: Prueba de normalidad

**Tabla 06:**

*Prueba de normalidad de la Escala de Depresión Ansiedad y Estrés (DASS-21)*

Variable/ Dimensiones	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Rho	Gl	Sig.
Estrés	-0.624	2	0.000
Ansiedad	-0.719	2	0.000

Nota:gl=grado de libertad; Sig=valor de significancia estadística

El nivel de significancia es menor a 0.05, por lo que se concluye que los datos pertenecen a una distribución no paramétrica o no normal

# estres, ansiedad y rendimiento academico

---

INFORME DE GRADEMARK

---

NOTA FINAL

**/20**

COMENTARIOS GENERALES

**Instructor**

---

PÁGINA 1

---

PÁGINA 2

---

PÁGINA 3

---

PÁGINA 4

---

PÁGINA 5

---

PÁGINA 6

---

PÁGINA 7

---

PÁGINA 8

---

PÁGINA 9

---

PÁGINA 10

---

PÁGINA 11

---

PÁGINA 12

---

PÁGINA 13

---

PÁGINA 14

---

PÁGINA 15

---

PÁGINA 16

---

PÁGINA 17

---

PÁGINA 18

---

PÁGINA 19

---

PÁGINA 20

---

