

ESTRÉS ACADÉMICO Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DEL I CICLO DEL INSTITUTO SUPERIOR “WALTER PEÑALOZA RAMELLA”, POMABAMBA

por Maribel Colombino Flores

Fecha de entrega: 04-abr-2023 03:11p.m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 2055931568

Nombre del archivo: TESIS_-_Maribel_Colombino_Y_Carmen_Ravines_TURNITIN.docx (338.64K)

Total de palabras: 11474

Total de caracteres: 63226

7
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO
BENEDICTO XVI

ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN Y DOCENCIA
UNIVERSITARIA



ESTRÉS ACADÉMICO Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES
DEL I CICLO DEL INSTITUTO SUPERIOR “WALTER PEÑALOZA
RAMELLA”, POMABAMBA

7
Tesis para obtener el grado académico de MAESTRA EN
INVESTIGACIÓN Y DOCENCIA UNIVERSITARIA

AUTORAS

Br. Maribel Micaela Colombino Flores
ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-0602-9422>
Br. Carmen Susana Ravines Robles
ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-3826-1853>

ASESOR

Ms. Reymundo Lorenzo Iraita Ruiz
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6745-569X>

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
Innovación y desarrollo comunitario

TRUJILLO - PERÚ
2023

I. INTRODUCCIÓN

Según la coyuntura actual en todo el mundo los estudiantes de nivel superior sufren estrés y cada día va aumentando debido a las diversas problemáticas, ya que el nivel de exigencia es más riguroso y debe de cumplir con los estándares de calidad profesional, de acuerdo a algunos estudios menciona que uno de cada cinco estudiantes evidencia algún síntoma de estrés, pero también en ciudades y provincias, se dice que el 50% de las personas tienen problemas psicológicos debido al estrés. (Quispe y Ramos, 2019). Es por ello que el siguiente estudio investigo sobre los efectos negativos fueron claros **sobre la salud mental de los estudiantes** del nivel superior **en** diferentes instituciones rurales; además de la preocupación por la implementación de las estrategias por las nuevas normativas que establecen Las autoridades educativas sobre la continuidad académica, Por la sensación de preocupación extrema y las costumbres ante el estudio. Hoy en día son un tema que muchas veces se pasa por alto; puesto que la afectación en la calidad en los procesos formativos, la emergencia sanitaria, la dificultad económica y la sobrecarga de trabajo del docente, etc. Todo ello puede afectar el estado emocional y teniendo como consecuencias dificultades académicas.

Según estadísticas de las Naciones Unidas (2020), a mediados de abril del mismo año, el 94% de los estudiantes de todo el mundo estaban infectados con la epidemia. La dificultad que se percibía a raíz de la interrupción de las clases presenciales tomando de sorpresa a la población: como personal educativo, familiares, docentes y estudiantes universitarios, los cuales tuvieron que enfrentar momentos inimaginables, es cuando se tomó la iniciativa de continuar las clases de forma virtual y a distancia, encontrando diversas necesidades para el aprendizaje, tecnológicos, económicos y de personas, generando ansiedad y preocupación ante un futuro dudoso, miedo de contagio y ansiedad por lo que sucederá en el futuro de su aprendizaje superior.

Por otro lado, cabe destacar las dificultades más relevantes que presentan los estudiantes que ingresan por primera vez al nivel superior las cuales pueden ser: No disponen de tiempo suficiente para hacer sus estudios, estudiar en el último minuto o se distrae fácilmente. Estos rasgos son comunes entre los estudiantes universitarios de bajo rendimiento, que también provocan depresión, frustración y por supuesto estrés cuando sienten que no están logrando sus metas académicas. (Acevedo et al., 2015).

Diversas encuestas apuntan a que muchas instituciones de educación superior son fuente de nuevos desafíos y medios de conocimiento, para los estudiantes, y uso de nuevas

tecnologías y habilidades para mejorar el aprendizaje y el rendimiento; por el cual, el trabajo académico se pierde debido a la falta de comprensión de los métodos de aprendizaje y la tecnología. Varios educandos nunca han podido desarrollar estos materiales, y cuando pasan al siguiente nivel, no encuentran el espacio, método u organización para absorber los nuevos conocimientos que obtienen. Es por ello los resultados insatisfactorios. Al mismo tiempo, crea una alta presión de aprendizaje (Terry, 2008).

En el Instituto se encontró que los estudiantes que se presentan extrema preocupación ante el estudio al no tener una buena práctica de hábitos de estudio; causando esto un bajo rendimiento académico, altos niveles de estrés ante situaciones académicas, dificultad en las relaciones interpersonales y para organizar sus actividades cotidianas. Como también se puede decir que es fundamental que los estudiantes tengan buenas destrezas de estudio para disminuir los niveles de estrés académico, lo cual les permitirá desarrollarse de forma adecuada en sus estudios superiores. Es por esto que nació la idea de describir de qué manera se relaciona la preocupación extrema ante el estudio con las costumbres académicas en los estudiantes de grado superior, y servirá como referencia conveniente para futuras investigaciones.

Es por ello que se planteó el siguiente problema general: ¿Qué grado de correlación existe entre estrés académico y los hábitos de estudio, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba?; Como también se formulan los siguientes cinco problemas específicos: ¿De qué manera se relaciona el estrés académico y los hábitos de estudio en la dimensión formas de estudio, en estudiantes de primer ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba?, ¿De qué manera se relaciona el estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión resolución de tareas, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba?, ¿De qué manera se relaciona el estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión preparación de exámenes, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba?, ¿De qué manera se relaciona el estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión formas de escuchar las clases, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba? y ¿De qué manera se relaciona el estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión acompañamiento al estudio, en estudiantes del primer ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba?.

⁵ La presente investigación tuvo como objetivo general; Determinar el grado de relación de estrés académico y hábitos de estudio, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba; y cinco objetivos específicos los cuales fueron los siguientes: Identificar la relación de estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión formas de estudio, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba, Identificar la relación de estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión resolución de tareas, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba, Identificar la relación de estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión preparación de exámenes, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba, Identificar la relación de estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión formas de escuchar la clase, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba e Identificar la relación de estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión acompañamiento al estudio, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.

¹ Así mismo la justificación de la investigación se basó en comprender la relación entre el estrés académico y los hábitos de estudio de los estudiantes universitarios de enseñanza superior fue el principal objetivo del estudio. La cual la presente investigación aporta a la población a mejorar en su desenvolvimiento durante su aprendizaje en nivel superior, Del mismo modo, este estudio aportara como referente para próximos estudios que se igualen a las particularidades del conjunto de indagación. Así mismo la problemática que presenta la población son las dificultades notorias en el desarrollo de enseñar - aprender en los estudiantes del nivel superior.

¹⁹ Para recaudar los datos necesarios se aplicó distintos cuestionarios de evaluación, como el inventario SISCO SV- 21 de estrés académico y el inventario de hábitos de estudio CASM – 85 con el fin de extraer información para la presente investigación. Al obtener los resultados nos sirvieron para identificar la preocupación extrema y las estrategias cotidianas que utilizan los estudiantes para su aprendizaje. Lo cual ayuda a los estudiantes de nivel superior a que mejoren su forma de adquirir nuevos conocimientos.

Como también contribuyera a los docentes y estudiantes del nivel superior que puedan hacer uso del material en el momento que necesiten apoyarse para un curso relacionado con el mismo tema de investigación. En tal sentido se centró en los estudiantes de nivel superior

de los primeros ciclos que pueden experimentar diferentes síntomas de estrés académico lo cual le puede generar las siguientes consecuencias: dificultades psicológicas, dificultades en su desenvolvimiento, desempeño académico, entre otros; para ello es importante poner en práctica los hábitos de estudio que refuercen su organización para realizar sus actividades académicas.

Finalmente, esta investigación brinda un aporte a la sociedad puesto que al poner en práctica las diferentes estrategias de estudio, se podrá prevenir los siguientes síntomas como: carga horaria, sistema de evaluaciones, sistema económico, problemas familiares, dificultad con el material de estudio, estilo de vida, competencia, adaptación y exigencia de los diferentes cursos. Así mismo los estudiantes del nivel superior al mejorar forma de aprendizaje les beneficiará a desplegarse de forma adecuada en su entorno familiar, amical y social; la cual tendrá una satisfacción en su desenvolvimiento del nivel superior.

La búsqueda de información nos permitió revisar diversos trabajos realizados internacionalmente; Según Zárate et al. (2018) en la investigación “Hábitos de estudio y estrés de los estudiantes en el campo de la salud, de la Universidad Autónoma de Sinaloa, México”. El objetivo fue analizar los hábitos de estudio de los estudiantes de medicina de primer año y su relación con el estrés académico constructivo; el tipo de estudio realizado fue cuantitativo, correlacional y transversal de una muestra aleatoria de 741 estudiante. Por lo tanto, la recopilación de información de Estrés de Aprendizaje de Barraza (2006) encontró una asociación entre falta de hábitos de estudio ante respuestas físicas y psicológicas al estrés. Es decir, cuanto más débiles son los hábitos de estudio, mayor es la disposición a sufrir estrés, y de igual manera, los estudiantes de primer año de medicina se ponen nerviosos y lo manifiestan física, psicológica y conductualmente. El 36,82% tiene hábitos de estudio y el 81,04% destaca la competencia con los amigos, la carga escolar, la personalidad del docente, los exámenes, las tareas requeridas por el docente, los plazos escolares y no entienden claramente los temas tratados en clase.

Peinados (2018) realizó un estudio denominado Estrés académico en estudiantes de último año con alumnos del último año del ciclo diversificado San Pedro Sacatepéquez del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Guatemala. El objetivo: mejorar el nivel de aprendizaje intermedio, un curso diverso, que propone reducir el estrés académico en la clase, entre los estudiantes. La investigación que describe, utilizando métodos táctiles, para recopilar información, inspeccionar el inventario y la tensión de aprendizaje de Cisco

aplicados a 69 estudiantes y discursos de bachillerato. Además, se usó el tablero de instrumentos y uno de los resultados más importantes fue el 4% de los estudiantes que no fueron promovidos y el 30% tenía que realizar pruebas de evaluación, mostrando demasiada herencia y demasiadas causas que estresan mucho estrés en el aprendizaje. Y tareas. Por lo tanto, las personas han descubierto que el estrés escolar merma la capacidad cognitiva de los alumnos, los desactiva en general por cuestiones relacionadas con el estrés y les impide rendir. Dirigir las conversaciones en la escuela sobre la gestión del estrés.

Silva et al. (2019) en su estudio “Estrés académico en estudiantes de pregrado en enfermería”. Sus principales objetivos específicos fueron: Niveles de estrés psicológico de estudiantes universitarios como se relacionan con variables de género y ciclos. El estudio consistió en estudios cuantitativos, descriptivos y correlacionales sobre una muestra de 180 estudiantes seleccionados por muestreo aleatorio estratificado. Se utilizaron fichas sociales y el inventario SISCO. Para el análisis de los datos se utilizó SPS versión 22, por frecuencia, escala, medidas de tendencia central y varianza, se utilizó la prueba Chi-cuadrado, y como resultado los estudiantes presentaron niveles de estrés moderado (87,8%). No se encontró asociación significativa entre nivel de estrés, clase ($p = 0,678$) y género. ($p = 0,476$). También se concluyó que los estudiantes mostraron niveles de estrés promedio debido a los varios eventos estresantes que encontraron sus estudios. Asimismo, se debe La fatiga estimula la respuesta del cuerpo, psicológicas y conductuales que afectan el bienestar del estudiante.

De la misma manera para tener más referentes en nuestro trabajo de investigación consideramos también antecedente a nivel nacionales; Según Quispe y Ramos (2019) en su investigación, desarrollaron el tema “Estrés escolar y hábitos de estudio en estudiantes universitarios de primer año de la Universidad de San Agustín, Arequipa”, con el objetivo común de Establecer el vínculo entre el estrés de estudio y los hábitos de aprendizaje. Entre los educandos de primer ciclo de la Universidad de San Agustín. La muestra estuvo conformada por 152 estudiantes, 105 estudiantes de la carrera de psicología y 47 estudiantes de ingeniería de minas. De igual forma, 101 mujeres y 51 hombres, en los que se aplicaron cuestionarios, Primer Cuestionario de Inventario SISCO y Segundo Cuestionario de Hábitos de Investigación CASM-85, resultó una relación inversa: una inversión entre aspectos del estrés escolar y el grado de hábitos de estudio. En otras palabras, cuantos más factores estresantes haya, menor será el nivel del hábito de aprendizaje.

Según Rosales (2018) “En su estudio” Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de licenciatura en psicología del Centro de Educación Superior Privada de Lima Sur. Su propósito es establecer una relación entre el estrés académico y los hábitos de los estudiantes y de primer a cuarto ciclo de psicología del Centro de Estudios Superiores de Lima. La muestra fotográfica incluyó a 337 licenciados en psicología de los primeros Hay cuatro ciclos para hombres y mujeres entre 16 y 31 años. Los diseños de estudio son importantes y los tipos no empíricos son dimensiones. Las herramientas utilizadas para recaudar la información necesaria se utilizó el inventario de estrés del estudio de Cisco y las estadísticas de hábitos de aprendizaje CASM-85. La cual mostraron que el 80.50% tenían estrés académico medio y el 78,99% tenían hábitos de estudio medio. Asimismo, se halló una asociación positiva y estadísticamente significativa entre el estrés académico y los hábitos de estudio. Al analizar las variables sociodemográficas marcan la diferencia a nivel de las dos variables, existen diferencias de género en el estrés físico y mental y el estrés general en la Institución (la tasa es mayor entre las mujeres). La edad hace una gran diferencia en los Aprende rutinas y estudia el estrés. El curso identifica la diferencia en la presión de aprendizaje de la misma manera los educandos del 3 ciclo tenían más estrés académico, así como en hábitos de estudio, se encuentra que los estudiantes de ciclo 1 y 3 tienen mejores hábitos de estudio.

Montes (2020) El principal objetivo de su estudio, "Study Habits and Anxiety in Andragogic Students" (Hábitos de estudio y ansiedad en estudiantes andragógicos), era determinar cómo se relacionaban las autopercepciones de ansiedad de los estudiantes andragógicos con sus hábitos de estudio. Se utilizaron métodos de investigación transversal, comparativa y no experimental. La población de estudio estuvo conformada por 180 estudiantes del programa "Adulto Trabajador" de la Universidad Privada del Norte (UPN), inscritos en el primer ciclo de la asignatura de Habilidades Comunicativas; el tamaño de la muestra fue de 139 estudiantes. Para medir las variables de investigación se utilizaron la autoevaluación de la ansiedad (desarrollada por Zung) y el Inventario de Hábitos de Estudio (desarrollado por Luis Vicua Peri). Ambas medidas mostraron una conexión negativa sustancial, lo que significa que aquellos que informaron de niveles más altos de ansiedad también tenían niveles más bajos de ambas variables.

Y finalmente también se consideró antecedentes a nivel local; Según Gálvez y García (2016) en su estudio, “Hábitos de Estudio y Estrés Académico en Estudiantes de Enfermería. Universidad Nacional de Trujillo, 2016”. Su objetivo fue: identificar la correlación entre

hábitos de estudio y estrés de estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Trujillo 2016; la investigación fue cuantitativa y modelación. La muestra descriptiva, correlativa y transformativa consta de 60 alumnos del quinto ciclo. Las enfermeras fueron seleccionadas de acuerdo con criterios de inclusión específicos utilizando una lista de verificación del proceso de evaluación. Análisis de las escalas de estrés y esfuerzo del estudio SISCO mediante estadística y coeficiente de correlación de Pearson. Se encontró que los hábitos de estudio y el estrés de estudio estaban correlacionados de forma estadísticamente significativa entre los estudiantes de enfermería ($p = 0,74$).

Según Candiotti (2017) "Estudio" estudiando el hábito de estudiar y realizar en el estudiante de educación original San Pedro, Trujillo.2017 "Para determinar los efectos de los hábitos de aprendizaje para determinar los efectos de los hábitos". Estudio en el desempeño del estudiante en el original. Educación de la subsidiaria de San Pedro en el semestre 2017-2. Para desarrollar el tipo de búsqueda básica utilizada y con diseños correlacionados, con una muestra de probabilidad de estudiantes enrollados aleatoriamente, formando la escuela original del semestre 2017-2, seleccionando un total de 51 nacimientos de las tabletas. De manera similar, las técnicas de encuesta y los documentos de análisis con encuestas específicas y formatos de clasificación correspondientes se confirman y, con un total confiable, también se usa para recopilar datos. Los resultados se han concluido que el impacto es muy importante para los hábitos de aprendizaje en el estudiante. De manera similar, el impacto es muy importante para el tamaño de las formas de aprendizaje, resolver tareas y estudiar investigaciones sobre los hábitos de aprendizaje en el desempeño escolar de la escuela original de la escuela original. La subsidiaria de Liberty Saint-Pierre en el semestre de 2017, donde el significado o valor se aplica a las búsquedas de tamaño con $P = 0.009$; Tareas de resolución con $P = 0.003$ y en las instalaciones de búsqueda con $p = 0,000$ menos de 0.025 ($0.05 / 2 = 0.025$ porque el contraste es bilateral).

Según Nolasco (2015) "En su estudio "Autoestima y Estrés Académico en Estudiantes Universitarios Privados de la Clínica Oral y Maxilofacial Antenor Orrego, Trujillo - 2014", se centró principalmente en determinar la autoestima y el estrés académico de los Estudiantes de la Universidad Privada Antenor Orrego. Estudiantes de la Clínica Odontológica Universitaria, teniendo en cuenta la edad, el género y el cuestionario SISCO. Estrés en el aprendizaje 25,7% presenta niveles de estrés moderados a altos. En cuanto a la edad y el género, no hubo diferencias significativas entre la baja autoestima y los niveles de estrés en la escuela.

Diferentes bases teóricas científicas se encontraron en relación al estrés académico; como Naranjo (2010) afirma que la tensión extrema es de origen inglés, que simboliza estrés o control, también se refiere a un conjunto de respuestas fisiológicas de alerta que producen los organismos para poder sobrevivir.

De la misma manera al presentar una tensión extrema es la respuesta emocional negativa al estado de alerta en los seres humanos. (Halgen y Whitbourne, 2009).

Según Oblitas (2004), el estrés se divide en tres fases:

La fase de respuesta de alerta: Ante eventos estresantes, las personas actúan de diferentes maneras. Por ejemplo, puede estar muy irritable, tener problemas para concentrarse y tener problemas para dormir. Si se supera esta realidad, se detendrá el síndrome; De lo contrario, la persona tendrá que dar el siguiente paso.

La fase de resistencia: El cuerpo debe permanecer hiperactivo hacia dominio controlar el programa para lograr un adecuado resultado.

La fase de Agotamiento: Debido a la falta de cualidades necesarias para enfrentar la situación, el organismo disminuye la capacidad ideal para continuar trabajando y empieza a degradarse por menos de lo normal. Si esta verdad persiste, puede tener graves consecuencias.

Según Velázquez (2010), ha determinado que el estrés tiene los siguientes síntomas:

Social: Cuando una persona está estresada, puede causarle problemas en el trabajo o con su desempeño escolar.

Fisiológicas: El estrés puede provocar enfermedades (trastornos endocrinos, trastornos del sistema nervioso autónomo, alteraciones del ritmo cardiaco, de la frecuencia cardiaca y de la respiración, alteraciones de la tensión arterial, de la glucemia y de los lípidos). modificaciones del periodo menstrual.

Psicológicos: Genera sentimientos desagradables como miedo, inquietud, fastidio y melancolía.

Se consideró los siguientes tipos de estrés:

Tipos de presión según contexto: Estrés en el trabajo; Schaufeli et al. (2009) Cuando el estrés en el trabajo empieza a manifestarse en forma de desgano y burocracia, lo que les

hace perder el entusiasmo inicial. Las sintomatologías más comunes de la tensión extrema laboral estos son: desgaste psicológico continuo, baja motivación y comprometerse para el trabajo. Se identificaron 6 períodos continuos del desarrollo del estrés en el lugar de trabajo, a saber: motivación y dedicación, ira de los empleados y respuesta al estrés por frustración. No aparece correlación entre la tensión extrema laboral y la productividad, los resultados y los salarios, de la misma manera que se ignoraron los compromisos laborales y de compromiso, aumentó la sensibilidad laboral de los empleados, aparecieron sintomatologías físicas, cognitivos y psicológicas, fatiga o abandono (Montero, 2009). Y estrés para el estudio o académico; Caldera et al. (2007) Describen la presión académica a nivel de posgrado debido a las persistentes demandas de los estudiantes universitarios o de instituto.

Tipos de estrés como resultado de ello: Según Naranjo (2010), define que el estrés es el sufrimiento, es estrés negativo experimentado por las personas, que se traduce en cambios fisiológicos como las náuseas. Además, las causas más comunes de este tipo son: en la familia, en el trabajo; con estímulo o fracaso personal o social. Como también menciona que el eustrés se trata de estrés positivo porque las personas pueden enfrentar diversas situaciones negativas que pueden surgir en la vida; El eustrés también puede influir en las personas para que tomen mejores decisiones, lo que puede dar lugar a un crecimiento personal excepcional y a niveles de significado más profundos. También mejora la vitalidad y el bienestar un encuentro distintivo.

La teoría que se basó en la presente investigación es de del estrés académico, la cual el autor Barraza (2006) hace referencia ²⁴ en la teoría general de sistemas y en un modelo de estrés transaccional creado especialmente para el estrés de aprendizaje, proporciona un modelo de sistemas cognitivos para el estrés de aprendizaje. El tipo del sistema se presenta de la forma consecutiva, se parte del entorno presentado a la persona y la unión de requisitos, antes de la evaluación, si una persona cree que sus recursos se verán afectados, lo llaman factor estresante. Estos factores estresantes se presentan en la misma persona y conducen a un equilibrio inadecuado dando lugar a un secundario transcurso de evaluación, en donde la capacidad de hacer frente a circunstancias estresantes es múltiples intervenciones y gestionarlas de manera óptima para que las unidades puedan hacer frente a situaciones estresantes. ellos más tarde. Estrategias para dar respuesta a las exigencias que se requieran en el entorno, esto ocurre según el método adecuado, para lograr el equilibrio adecuado, así

como inadecuado cuando el sistema tiene que realizar el tercer proceso de evaluación, y conseguir el ajuste de la estrategia.

Así mismo algunos autores mencionan los diferentes conceptos del estrés en el aprendizaje: Peiro (2005) afirma sobre el estrés escolar es la manera de autorregulación de los estudiantes que, dependiendo de sus capacidades, afecta su rendimiento académico en la escuela. Mientras que García y Muñoz (2004) plantean que el estrés escolar depende de los procesos cognitivos y emocionales que exponen a los estudiantes al estrés escolar al que se enfrentan; Muñoz (2003) demostrando que la presión académica provocada por las exigencias, los conflictos, las actividades y otros aspectos de la vida estudiantil puede hacer que los estudiantes se sientan ansiosos y repercutir negativamente en su rendimiento, su crecimiento personal y sus actividades cotidianas. En una línea similar, el autor analiza cuatro dimensiones distintas del estrés: Presión de estudio, los estudiantes se ponen nerviosos durante el proceso de aprendizaje, efectos y consecuencias del estrés escolar y variaciones moderadas.

Como también se define los siguientes síntomas de estrés académico; Barraza (2006) Recuerda que el estrés relacionado con los estudios puede provocar síntomas tanto mentales como físicos, como, por ejemplo: Depresión, inestabilidad, falta de concentración, temeroso(a), estrés, exhausto, sudores, dolor de espalda, corazón latiendo rápido y boca seca. Además, Núñez et al. (2008) afirma que las sintomatologías del estrés escolar son: Preocupado, dificultad para dormir, dificultad de integración social, irritabilidad y boxeo automático.

Diversos referentes definen las causas del estrés académico: Román et al. (2008) una serie de razones como la sobrepoblación escolar, los exámenes, la sobrecarga de información, la interferencia verbal, la falta de tiempo para completar las tareas y la dificultad para comprender lo que se describe en el texto. Así mismo la causa del estrés escolar se debe a la gran cantidad de asignaturas a cursar, el trabajo que consume mucho tiempo y la apreciación de los estudiantes y docentes de los motivos de aprendizaje para los cuales nacieron los estudiantes para sus maestros. Los cursos, las técnicas de aprendizaje que usan, etc. (Según Arribas, 2013). Como también García y Muñoz (2004) Identifican las causas de la tensión en el aprendizaje y dar lugar a eventos o necesidades

a través de diferentes factores o estímulos en la educación, dando como resultado la carga de aprendizaje. Un ejercicio importante para los estudiantes sobre cómo tratan a cada persona. Y finalmente, Fernández et al. (2002) afirmaron que una de las razones del estrés académico es la falta de relaciones existentes y falta de comunicación entre los profesores, ya que la institución depende de ellos para realizar trabajos e investigaciones.

También se identificó algunos factores relacionados al tema de investigación:

Estrés y carrera universitaria – superior: Martín (2007) grados de tensión en las Instituciones aumentan periódicamente, a medida que se ubica para los estudiantes, cuanto más progresan, mayor es la presión; mientras que Marty et al. (2005) sugirieron que el nivel de estrés va a depender del año escolar y la raza, por lo que podemos ver que en medicina la prevalencia de estrés es mayor que, por otro lado, en psicología un nivel promedio de tensión escolar.

Estrés y sexo: Para García y Muñoz (2004) sugieren los cambios de género no son importantes para el estrés académico, pero varios estudios nos han dicho que el estrés académico es más común en mujeres que en sexo, debido a niveles más altos de angustia psicológica y ansiedad que las mujeres conciencia de la mujer.

⁴ Estrés y variables educativas: Caldera et al. (2007) indicaron que los educandos con síntomas de estrés más bajos lograron un producto escolar promedio. Mientras que Núñez y Quiñones (2011) indicaron que los niveles de estrés deben ser bajos para funcionar bien, y también encontraron que la edad no influyó en los niveles de tensión escolar. Para Román y Hernández (2005) describen la tensión escolar causado por largos periodos de estudio y altas exigencias.

Según Mendiola (2010) menciona las consecuencias del estrés académico afirmando que los efectos son tanto físicos como psicológicos: Fisiológicas; consecuencias de la hipertensión, la disnea y el insomnio. Y psicológicos; desesperación, insomnio, impaciencia, problemas de memoria a corto o largo plazo y falta de interés por actividades que parecían motivadoras.

Mientras que Naranjo (2010) analiza los efectos a largo plazo del estrés académico, que incluyen, entre otras cosas, desolación, ira, baja autoestima y falta de habilidades sociales. De este modo, la vida universitaria se convierte en un reto. Sin embargo, los estudiantes que

sepan gestionar con coherencia estas situaciones difíciles se encontrarán en un buen equilibrio.

Algunos autores definen de la siguiente manera los hábitos de estudio, como:

Cartagena (2008) mencionó que los hábitos de aprendizaje son técnicas para que los estudiantes practiquen diariamente para el nuevo aprendizaje, se centre en la atención en lo que está aprendiendo, de esta manera para evitar muchos problemas de aprendizaje.

Vigo (2008) se entiende que los hábitos de aprendizaje como un medio para obtener comportamientos repetitivos relacionados con el aprendizaje, dado por la interacción entre los estudiantes y la información importante para aumentar sus conocimientos.

Ruiz (2005) reafirmó que las prácticas de aprendizaje son comportamientos que proporcionan el proceso de aprendizaje, puesto que esto ayuda a los estudiantes a desempeñar acciones repetidas sobre la base de continuar hasta que logren el aprendizaje, como la lectura, la escritura, la cifra para obtener distintos conocimientos.

Luque (2006) afirmó que las experiencias de aprendizaje incluyen: Espacio y entorno ambiental, tiempo, planificación de la investigación, métodos de investigación y motivación del estudio. De la misma manera, se mencionó que todo ello afecta las actuaciones de los estudiantes.

Según, Cutz (2003) destacó que el progreso de buenas costumbres de aprendizaje que contienen la duración de los deberes, la investigación de usando las TIC, la tasa de materiales, libros, entornos de aprendizaje completo.

Para Martínez et al. (2010) mencionaron que las costumbres para el aprendizaje se ajustan ya que estas acciones se repiten diariamente.

Luque (2006) hace referencia que es la repetición continua de una acción activa en la educación de los estudiantes, también incluye componentes tales como tasas de interés, alumno de motivación interna.

Wrenn (2003) indica que los hábitos de aprendizaje incluyen una jurisdicción obtenida por el desempeño práctico para acciones permanentes, como la lectura, el pensamiento, con un tiempo conveniente para las actividades que necesita hacer y hacer la manera correcta.

Elizalde (2017) Sostiene que se repiten comportamientos del calendario de investigación, que son la organización apropiada de la era donde se realizará cada actividad,

el desarrollo de la actividad primeros hábitos dinámicos, buena lectura, un lugar para aprender sin ruido, con demás personas.

Diversos referentes se refieren a los hábitos de estudio desde diferentes perspectivas, y aquí hay algunos ejemplos:

Modelo de Vicuña: Vicuña (2002) mencionó que la costumbre de aprendizaje tiene cinco componentes: Momentos de investigación; estas son acciones hechas por los estudiantes en el período en que aprenden en la televisión, escuchan música, entre otros, esto se debe a cierta intervención en el momento de la investigación, puede ser familiar, social o simplemente investigar en silencio. Clases; son el comportamiento de los estudiantes en el momento de estudiar, en los que podemos ver cómo los estudiantes pueden registrar o no llamar la atención sobre la clase y hablar con sus colegas, y luego piensa en lo que se hará una vez que termine la clase, Si le pide al maestro que el tema emitió que no entiende o finalmente, la clase establece todas las notas de que él trajo. Trabajo de aprendizaje; esta sección nos permitirá saber cómo los estudiantes actúan contra las tareas que debe hacer; Si es responsable de realizar su propio trabajo o, por lo general, las realizan otras personas. Preparación para el examen; es si los estudiantes se preparan en el momento de la consideración si comienza o unos días antes, si evalúa cada clase, está esperando hasta la fecha de revisión para comenzar a aprender, en lugar de aprender, está dedicado al plagio o dar el examen sin investigaciones previas. Comportamiento contra la investigación; mencionó cómo se utilizan los estudiantes y las técnicas preparadas anteriormente, podemos ver si los estudiantes usan técnicas subrayadas o no, si se les pregunta, pregunte. No incluya una palabra de texto, si vuelve a verificar lo que se le ha leído antes o conectar el tema del aprendizaje con diferentes temáticas.

Modelo de Gilbert Wrenn: Según Salas (2005) menciona 4 áreas para evaluar hábitos y tendencias de aprendizaje adecuadas, las cuales son: Técnicas de lectura y toma de notas; permitirán a los alumnos alcanzar la plena aptitud, legibilidad y capacidad para identificar lo más importante del tema. Hábito de Foco; Esto le permitirá al estudiante enfocarse únicamente en lo que va a aprender y sin crear demasiadas fuentes de distracción. Asignación de tiempo y relaciones sociales en el proceso de aprendizaje; es la capacidad de los estudiantes para establecer un horario fijo y tiempo completo de estudio, distribuir este tiempo equitativamente entre todos los estudiantes, y ser capaz de comunicarse e interactuar

con los demás. Y hábitos y actitudes generales de trabajo; Se refleja en la forma de pensar, sentir y actuar de los individuos durante el proceso de investigación, así como en las diferentes actitudes que adoptan frente a la experiencia del “sí”.

Modelo de Pozzar; Según Pozzar (2002) Indica que hay 4 elementos que forman los hábitos de aprendizaje: Contextos circunstancial; las actividades de aprendizaje de los estudiantes a menudo se ven obstaculizadas por la falta de un entorno de aprendizaje psicológico y físico apropiado. A menudo, la ausencia de este entorno físico y psicológico entorpece constantemente a los estudiantes con pensamientos extraños sobre miedos o problemas. Estudiar en estas condiciones causa muchos inconvenientes a los estudiantes. Circunstancias personales; La motivación es el motivo que permite a los alumnos alcanzar todas las metas y objetivos que se propongan en la vida. Condiciones familiares; Si la relación entre las familias está en un buen nivel, creará las condiciones para los mejores resultados en la escuela. Si existe falta de armonía en la familia por cualquier motivo: económico, carácter de los miembros de la familia, relaciones conyugales, etc. La formación de malas condiciones educativas es que los estudiantes están ansiosos y no se enfocan en otros temas. Y condiciones académicas; la forma en que te llevas con tus profesores y compañeros.

Así mismo Vildoso (2003) señala este hábito educativo es válido porque permiten a los estudiantes planificar todos los eventos para operar, y por lo tanto podrán cumplir con todas sus tareas más adelante. No hay culpa en esto porque no después de completarlos todos de la misma manera tendrás que llegar a: Comprender y aplicar nuevos métodos conducirá a un mejor aprendizaje de las costumbres cotidianas para leer: generará más seguridad personal, obtendrás mejores calificaciones en la escuela y utilice técnicas de estudio que facilitarán su aprendizaje.

Según Mendoza y Ronquillo (2010) No necesariamente es necesario inculcar conocimientos a los estudiantes que puedan utilizar en la vida cotidiana, sino también prepararlos para desarrollar una técnica y poder seguir adquiriendo nuevos conocimientos.

Diversos referentes tienen diferentes puntos de vista sobre los hábitos de estudio y su importancia para los estudiantes:

Terry (2008) considera que es crucial desarrollar hábitos de estudio adecuados y que se trata de un conocimiento vital para el aprendizaje, ya que los estudiantes universitarios deben conocer y emplear técnicas de estudio adecuadas. Asimismo, con los grandes cambios que acompañan a los estudiantes en el tránsito de la educación secundaria a la universidad, la responsabilidad en el campo del aprendizaje siempre ha aumentado; El estudiante tiene más material para estudiar a mayor escala, por lo que tendrá que aprender una buena organización, métodos de enseñanza adecuados y una fuerte motivación para lograr el objetivo. Se proponen metas educativas de igual forma que ampliarán su formación pedagógica y posiblemente generarán nuevas preparaciones.

Las causas ⁶ que intervienen en la formación de hábitos de estudio según Grajales (2002) indica que la salud mental, o la necesidad de que los estudiantes tengan una visión positiva de la vida, es uno de los factores que impiden ¹ el desarrollo de hábitos de estudio eficaces.

Mientras que Soto (2004) sostiene que los factores más influyentes ⁵ en el desarrollo de los hábitos de estudio son los ambientales; tener un lugar de estudio adecuado y estable, tener buena iluminación, concentración, se utilizarán todos los materiales y siempre tendrás una agenda disponible para ti, para anotar todas las actividades que se van a realizar, como la planificación de tareas y la realización de exámenes.

Como también Horna (2001) afirma que en los factores también existen términos mecanicistas tradicionales como: Motivación para realizar la tarea, interesado en plasmar lo aprendido, la capacidad de conservar lo estudiado y utilizarlo cuando se requiera.

Mendoza y Ronquillo (2010) argumentan que un hábito se da a través del ejercicio continuo va unida con la estimulación que da una persona para alcanzar metas u objetivos, ejercitarse continuamente para aprender, los niños prosperarán en el aprendizaje ya que dependerá de las emisiones que cada educando necesite para orientarse y orientarse en un buen aprendizaje. Asimismo, para formar buenos hábitos de estudio necesitamos: Tenga un tiempo organizado de estudio, reserve suficiente tiempo para cada actividad que realice, haga un plan continuo de lo que necesita hacer, como una revisión diaria de las diversas asignaturas que se le asignan.

Cutz (2003) señala que aprender a formar hábitos envuelve un transcurso preparatorio que transporta a que la persona lo practique diariamente y sea capaz de cumplir con su propósito. Esto será proporcionado por la enseñanza: Método, procesando, estrategias Correctas,

combinar tiempo de ocio y estudio, los estudiantes deben preguntar cuando un tema no está completamente claro y el argumento afirma que los estudiantes pueden lograr un buen soporte.

9
Considerando la relación entre el estrés académico y hábitos de estudio la investigación que se centra principalmente en la correlación entre la tensión extrema frente al estudio y las costumbres para el estudio. Los autores, Shalini et al. (2012) sugieren que el estrés tiene un alto predominio en las costumbres de estudio, impidiendo que los educandos adopten apropiadamente hábitos de estudio.

El estrés se considera como una dificultad frecuente para el desarrollo normal de los educandos según (Campos y Prinz, 1997), mientras los elementos que intervienen en este patrón incluyen evaluaciones, las relaciones entre pares, las relaciones entre maestros y las expectativas de los padres sobre los estudiantes.

También se definen los siguientes términos básicos:

Estrés académico: Barraza (2006) describe como un proceso sistemático que ocurre mental y adaptativamente cuando los estudiantes están expuestos a muchas actividades académicas y tareas habituales que pueden resultar desagradables.

Estrategias de Afrontamiento: Son energías mentales y conductuales para gestionar peticiones, ya sean externas o internas, que pueden ser indirectas o directas (Barraza, 2008).

Estresores: Se considera algunos factores estresantes; al trabajar en grupo, aglomeración de tareas, dificultad con los docentes y entre otros (Barraza, 2008).

Síntomas: Refiere que hay tres tipos de respuesta; los síntomas físicos, síntomas psicológicos y síntomas conductuales (Barraza, 2008).

Hábitos de estudio: considera que es la forma en como la persona afronta cotidianamente en su vida diaria las exigencias académicas. Es decir, es la rutina cotidiana de los estudiantes del nivel superior poner como prioridad el aprendizaje, lo que se refiere cómo una persona establece su horario de aprendizaje, su entorno, sus enfoques y sus métodos particulares. (Vicuña, 1999).

Formato de búsqueda: Se refiere al procedimiento seguido al momento de la búsqueda y la forma en que se almacena la información (Vicuña, 1999).

Resolución de tareas: se refiere a situaciones y acciones realizadas en casa, para completar tareas académicas (Vicuña, 1999).

Preparación de exámenes: incluye organizar el tiempo, los recursos y la información necesarios para planificar y realizar los exámenes (Vicuña,1999).

Cómo escuchar la lección: es decir, realizar las acciones que implica registrar información en clases, es decir, obtener y colocar información en clases. Además de descubrir las cosas en las que los estudiantes pierden el foco al escuchar en clase (Vicuña,1999).

Retención de la investigación: qué factores externos influyen en la investigación (Vicuña,1999).

Se identificaron las siguientes dimensiones según las variables:

Variable 1-Estrés académico: Estrategias de afrontamiento, estresores, síntomas

Variable 2-Hábitos de estudio: Formato de búsqueda, resolución de tareas, preparación de exámenes, cómo escuchar la lección y retención de la investigación.

Es fundamental referir que se trabajó con la hipótesis general existe alto grado de relación entre estrés académico y los hábitos de estudio, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba. Y la hipótesis nula no existe alto grado de relación entre estrés académico y los hábitos de estudio, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.

Así mismo se desarrolló cinco hipótesis específicas considerando las afirmativas y nulas:

Hi: Existe relación entre estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión formas de estudio, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.

Ho: No Existe relación entre estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión formas de estudio, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.

Hi: Existe relación entre estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión resolución de tareas, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.

Ho: No existe relación entre estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión resolución de tareas, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.

Hi: Existe relación entre estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión preparación de exámenes, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.

Ho: No existe relación entre estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión preparación de exámenes, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.

Hi: Existe relación entre estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión formas de escuchar las clases, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.

Ho: No existe relación entre estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión formas de escuchar las clases, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.

Hi: Existe relación entre estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión acompañamiento al estudio, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.

Ho: No existe relación entre estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión acompañamiento al estudio, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.

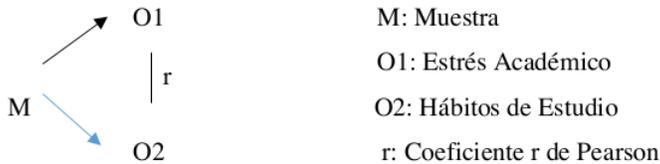
II. METODOLOGÍA

2.1. Objeto de estudio

Nuestra investigación es de tipo correlacional, y su objetivo es medir la relación que existe entre dos o más variables, y estimar y analizar su relación con las variables en estudio. Finalmente, es de corte transversal porque pretende describir las variables y analizar su ocurrencia y asociación durante un único periodo de tiempo (Hernández et al. 2010).

La encuesta actual utiliza un método cuantitativo porque el tema de investigación se considera externo y separado de cualquier idea personal para garantizar la mayor objetividad posible. La recopilación de datos generalmente incluye pruebas objetivas, herramientas de medición, estadísticas, pruebas, etc. (Hernández et al.2010).

Dado que no se pretendía manipular intencionadamente ninguna de las variables, el diseño de la investigación fue no experimental - descriptivo correlacional. En consecuencia, el fenómeno sólo se observó en su entorno natural antes de ser estudiado (Hernández et al. 2010).



El tamaño de la población que se consideró es de 138 estudiantes del primer ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.

Fue necesario evaluar a 102 alumnos de la población general utilizando el cálculo mínimo de esta fórmula para que la muestra se considerara representativa:

$$n = \frac{\frac{1.96^2}{4(0.05)^2}}{1 + \frac{1.96^2}{9442}} = 102$$

Al dividir la población en el número necesario de participantes para la muestra y seleccionar a los participantes a intervalos aleatorios, el muestreo probabilístico sistemático garantiza que cada participante tenga las mismas posibilidades de ser elegido.

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

La información se recogió mediante un cuestionario, que consta de una serie de preguntas con tipo Likert y opciones de respuesta dicotómicas, que abarcan un tema en particular permitiendo conocer la opinión de los estudiantes sobre el tema. Los temas se crearon de forma que permitieran obtener datos sobre el grado de conocimiento de los encuestados en las materias objeto de la encuesta. Los instrumentos utilizados en este estudio fueron los siguientes cuestionarios:

En cuanto a la variable ²³estrés académico se utilizó el Inventario Sistemático Cognoscitivista para el estudio del estrés académico SISCO SV – 21 (anexo 1) y la ficha técnica del cuestionario (anexo 2).

Para determinar la validez del instrumento se utilizó el análisis estadístico ítem-test. Se calcularon correlaciones con una significación de 0,25 como umbral de aceptación, y la mayoría de los ítems fueron aceptados, lo que validó la validez de la prueba (Anexo 3). De igual forma, para determinar la confiabilidad se utiliza el método de consistencia interna, ²²y se obtiene un coeficiente alfa de Cronbach de 0,85 en toda la escala, lo que indica que los resultados del stock SISCO SV-21 son confiables. (Anexo 3)

Para la variable hábitos de estudio se utilizó el checklist de rutinas de búsqueda CASM-85. (Anexo 1) y la ficha técnica del cuestionario (Anexo 2).

Para obtener la validez, esto se hace analizando la inspección de los ítems, y se puede determinar que los ítems fueron válidos con un índice superior a 0,25, lo que demuestra la aceptación de la mayoría de los ítems. (Anexo 3)

Para nuestro estudio para determinar la confiabilidad se utilizó el método de consistencia interna, un coeficiente de 0,87 del alfa de Cronbach, lo que demuestra que el inventario de búsqueda de rutina CASM-85 es confiable en sus resultados. (Anexo 4).

³2.3. Análisis de la información

Para procesamiento de datos y su respectivo análisis se usó; el programa IBM SPSS Statistics 26, utilizando las siguientes técnicas estadísticas:

Se utilizó el análisis estadístico de ítem test para la validez y el estadístico de fiabilidad alfa de Cronbach para la confiabilidad de los cuestionarios.

La prueba de proporciones de Kolmogorow-Smirnov la cual evaluó la normalidad de las distribuciones.

El estadístico "r" de Pearson se utilizó para determinar si existe una correlación inversa o directa entre las dos variables.

2.4. Aspectos éticos en investigación

Previa coordinación con el director del Instituto Superior "Walter Peñaloza Ramella", Pomabamba para solicitar autorización para la utilización de los instrumentos.

La confidencialidad de los participantes fue protegida por los autores, ya que datos como nombre y apellido no fueron utilizados en relación con los resultados.

A los estudiantes evaluados se les pidió que sean honestos antes de evaluar las respuestas reactivas.

El trabajo de investigación está acorde los criterios de la universidad y siguiendo los criterios de las normas APA.

III. RESULTADOS

24 Presentación y análisis de resultados

Tabla 1 1
Correlación entre estrés académico y hábitos de estudio

	Hábitos de estudio
Estrés académico	Coficiente de correlación - ,527**
	Sig (bilateral) ,000
	N 102

12 **Nota: Datos obtenidos del programa estadístico IBM SPSS Statistics 26**

5 Se utilizó el estadístico r de Pearson para analizar el estrés académico y los hábitos de estudio, y el resultado fue $-.527^{**}$. En general, está claro que existe una asociación muy fuerte entre los hábitos de estudio y el estrés académico, lo que significa que los estudiantes del nivel superior tienden a mostrar peores hábitos de estudio cuanto mayor es el estrés académico al que están sometidos.

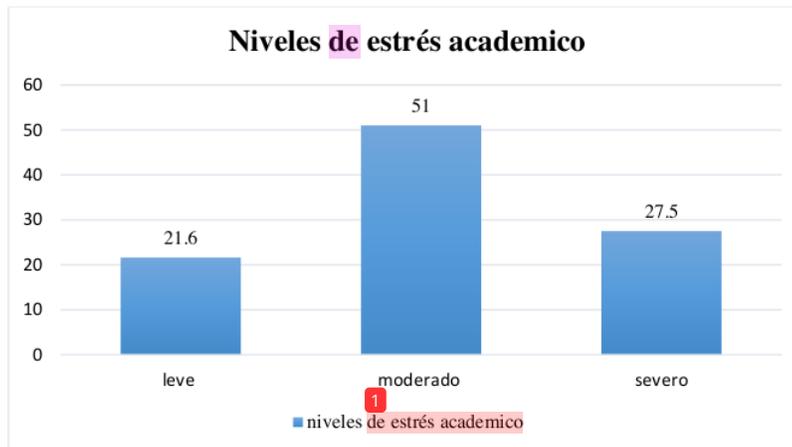
Tabla 2
Niveles de estrés Académico

	Frecuencia	Porcentaje
Leve	22	21,6%
Moderado	52	51,0%
Severo	28	27,5%
Total	102	100%

2 **Nota: Datos obtenidos del programa estadístico IBM SPSS Statistics 26**

Figura 1

Niveles de estrés académico



Nota: Los resultados del análisis descriptivo de frecuencias demuestran que el 51% de los estudiantes de nivel superior presenta un nivel moderado de estrés académico, el 27,5% muestra preocupación ante las actividades académicas y el 21,6% presenta un nivel modesto de estrés académico.

Fuente: Software estadístico IBM SPSS Statistics 26.

Tabla 3

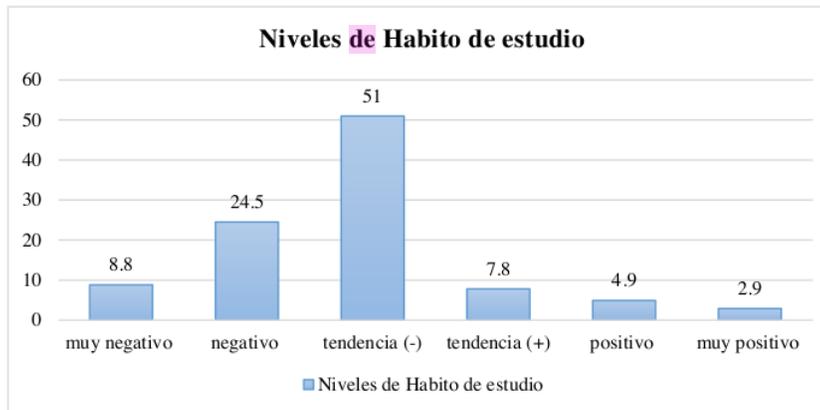
Niveles de hábitos de estudio

	Frecuencia	Porcentaje
Muy negativo	9	8,8%
Negativo	25	24,5%
Tendencia (-)	52	51,0%
Tendencia (+)	8	7,8%
Positivo	5	4,9%
Muy positivo	3	2,9%
Total	102	100%

Nota: Datos obtenidos del programa estadístico IBM SPSS Statistics 26

Figura 2

Niveles de hábitos de estudio



Nota: En la siguiente tabla se encontró como resultado que el 51% de los estudiantes de nivel superior evidencian una tendencia (-) para desarrollar rutinas de aprendizaje, mientras que el 2,9% de la población evidencian signos de que están progresando en la creación de buenos hábitos de estudio.

Fuente: programa estadístico IBM SPSS Statistics 26.

Tabla 4

Correlación entre estrés académico y hábitos de estudio en su dimensión formas de estudio

		Estrés académico				
		Estresores	Síntomas	Estrategias de afrontamiento	Total	
Hábitos de estudio	Formas de estudio	Coefficiente de correlación	416**	,997*	,464**	,449**
		Sig (bilateral)	,000	,000	,000	,000
		N	102	102	102	102

Nota: Datos obtenidos del programa estadístico IBM SPSS Statistics 26

Como se puede observar en la siguiente tabla, al analizar el estrés de aprendizaje entre los hábitos de estudio como dimensión del aprendizaje, obtenemos una puntuación de -449^{**} , lo que significa que existe una relación media débil pero muy significativa, la cual esto quiere decir los estudiantes practican menos las estrategias de aprendizaje de alto nivel a medida que aumenta el estrés académico.

Tabla 5

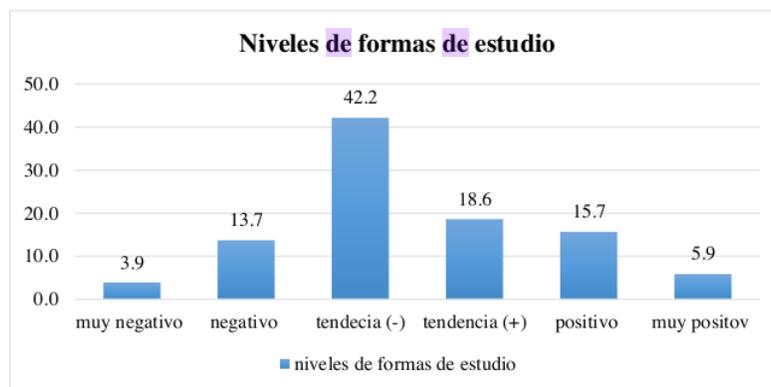
Niveles de hábitos de estudio en su dimensión formas de estudio

	Frecuencia	Porcentaje
Muy negativo	4	3,9%
Negativo	14	13,7%
Tendencia (-)	43	42,2%
Tendencia (+)	19	18,6%
Positivo	16	15,7%
Muy positivo	6	5,9%
Total	102	100%

Nota: Datos obtenidos del programa estadístico IBM SPSS Statistics 26

Figura 3

Niveles de hábitos de estudio en su dimensión formas de estudio



Nota: En los resultados de la dimensión formas de estudio se encontró que el 42,2% de los estudiantes del nivel superior evidencian una

tendencia negativa para realizar las formas más adecuadas para su aprendizaje.

Fuente: programa estadístico IBM SPSS Statistics 26.

Tabla 6

Correlación entre estrés académico y hábitos de estudio en su dimensión resolución de tareas.

		Estrés académico				
		Estresores	Síntomas	Estrategias de afrontamiento	Total	
Hábitos de estudio	Resolución de tareas	Coficiente de correlación	-.372**	-.188	-.410**	-.318**
		Sig. (bilateral)	,000	,058	,000	,001
		N	102	102	102	102

Nota: Datos obtenidos del programa estadístico IBM SPSS Statistics 26

La puntuación de la dimensión de resolución de problemas para el estrés y los hábitos de estudio es de -318**, lo que significa que existe una relación media débil inversa muy significativa, es decir, el estrés de aprendizaje.

Tabla 7

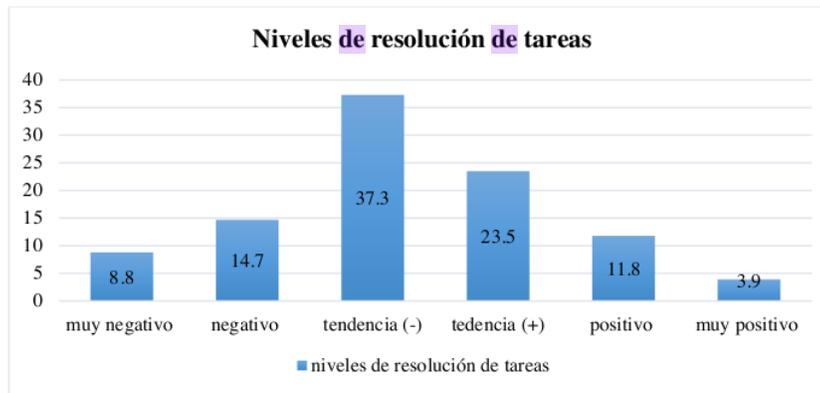
Niveles de hábitos de estudio en su dimensión resolución de tareas.

	Frecuencia	Porcentaje
Muy negativo	9	8,8
Negativo	15	14,7
Tendencia (-)	38	37,3
Tendencia (+)	24	23,5
Positivo	12	11,8
Muy positivo	4	3,9
Total	102	100,0

Nota: Datos obtenidos del programa estadístico IBM SPSS Statistics 26

Figura 4

Niveles de hábitos de estudio en su dimensión resolución de tareas.



Nota: Para el nivel de resolución de problemas se encontró que el 37,3% de los estudiantes presentaban una tendencia negativa en la forma de resolver la clase.

Fuente: IBM SPSS Estadísticas 26

Tabla 8

Correlación entre estrés académico y hábitos de estudio en su dimensión preparación de exámenes.

		Estrés académico				
		Estresores	Síntomas	Estrategias de afrontamiento	Total	
Hábitos de estudio	Preparación de exámenes	Coefficiente de correlación	,263**	-,072	,504**	,368**
		Sig. (bilateral)	,008	,473	,000	,000
		N	102	102	102	102

Nota: Datos obtenidos del programa estadístico IBM SPSS Statistics 26

En la siguiente tabla en lo relacionado a estrés académico y hábitos de estudio en su dimensión preparación de exámenes, se obtuvo como resultado ,368**, lo que indica que existe una relación media muy sustancial, directa y débil, que indica que los estudiantes del nivel superior están más interesados en la preparación de exámenes cuanto mayor es el estrés académico al que están sometidos.

Tabla 9

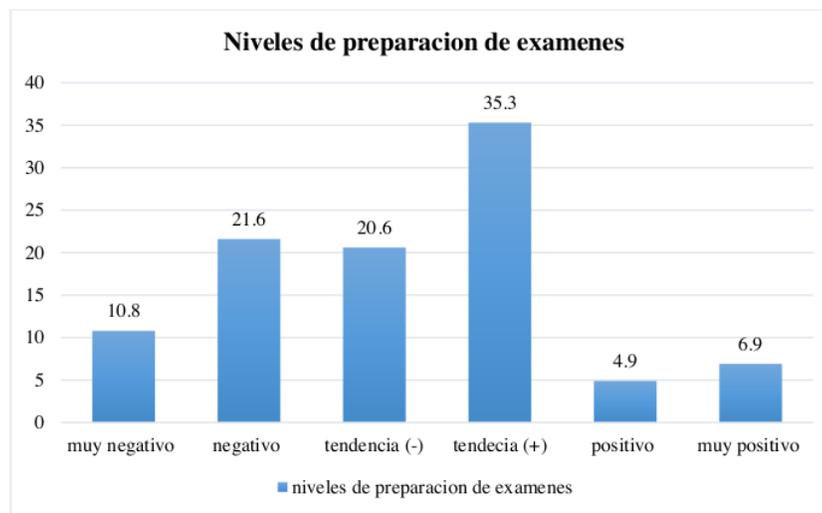
Niveles hábitos de estudio en su dimensión preparación de exámenes.

	Frecuencia	Porcentaje
Muy negativo	11	10,8
Negativo	22	21,6
Tendencia (-)	21	20,6
Tendencia (+)	36	35,3
Positivo	5	4,9
Muy positivo	7	6,9
Total	102	100%

Nota: Datos obtenidos del programa estadístico IBM SPSS Statistics 26

Figura 5

Niveles hábitos de estudio en su dimensión preparación de exámenes.



Nota: En cuanto a la preparación de las pruebas, el 35,3% de los estudiantes obtuvo una puntuación positiva sobre los hábitos desarrollados durante la organización y preparación de las pruebas.

Fuente: IBM SPSS Statistics 26. programa estadístico.

Tabla 10

Correlación entre estrés académico y hábitos de estudio en su dimensión forma de escuchar las clases.

		Estrés académicos				
		Estresores	Síntomas	Estrategias de afrontamiento	Total	
Hábitos de estudio	Forma de escuchar las clases	Coefficiente de correlación	,392**	-,171	,608**	,443**
		Sig. (bilateral)	,000	,085	,000	,000
		N	102	102	102	102

Nota: Datos obtenidos del programa estadístico IBM SPSS Statistics 26

El estrés de estudio y los hábitos de estudio fueron 0,443** en la dimensión estilo de escucha, es decir, se encontró una correlación media muy significativa, directa y débil, es decir, a mayor estrés de aprendizaje, la dificultad es aún mayor cuando se escucha a estudiantes de mayor edad.

Tabla 11

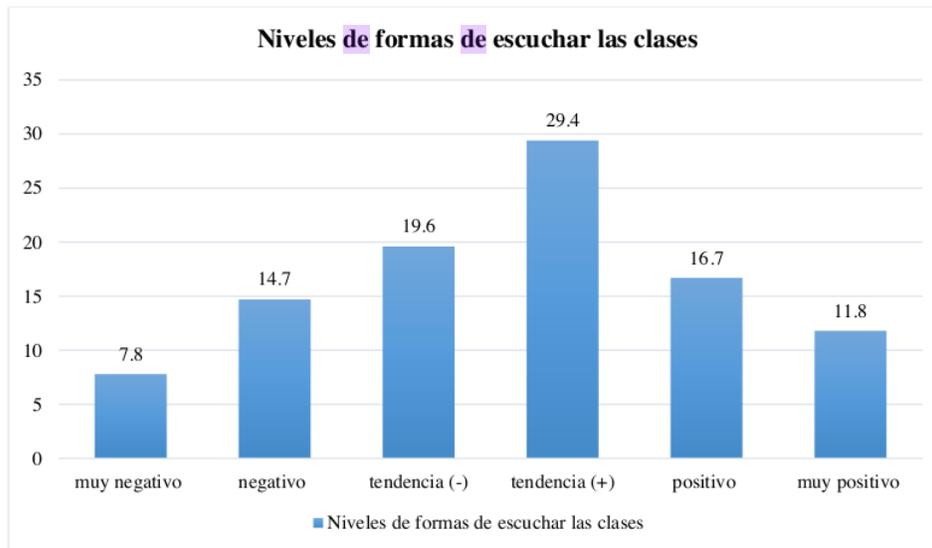
Niveles de hábitos de estudio en su dimensión forma de escuchar las clases.

	Frecuencia	Porcentaje
Muy negativo	8	7,8%
Negativo	15	14,7%
Tendencia (-)	20	19,6%
Tendencia (+)	30	29,4%
Positivo	17	16,7%
Muy positivo	12	11,8%
Total	102	100%

Nota: Datos obtenidos del programa estadístico IBM SPSS Statistics 26

Figura 6

Niveles de hábitos de estudio en su dimensión forma de escuchar las clases.



Nota: En cuando a los niveles de formas de escuchar las clases se obtuvo un puntaje de 29.4% en el nivel de tendencia positiva. Fuente: programa estadístico IBM SPSS Statistics 26

Tabla 12

Correlación entre estrés académico y hábitos de estudio en su dimensión acompañamiento al estudio.

		Estrés académicos				
		Estresores	Síntomas	Estrategias	Total	
Hábitos de estudio	Acompañamiento al estudio	Coefficiente de correlación	-,358**	-,216*	,593**	-,399**
		Sig. (bilateral)	,000	,029	,000	,000
		N	102	102	102	102

¹² **Nota: Datos obtenidos del programa estadístico IBM SPSS Statistics 26**

La tabla siguiente muestra ⁴ la relación entre el estrés académico y los hábitos de estudio en la dimensión acompañamiento en el estudio. El resultado obtenido es de $-.399^{**}$, lo que indica una relación media muy significativa, inversa y débil, lo que quiere decir es que el acompañamiento al estudio de los estudiantes de nivel superior es menor cuanto mayor es el estrés académico al que están sometidos.

Tabla 13

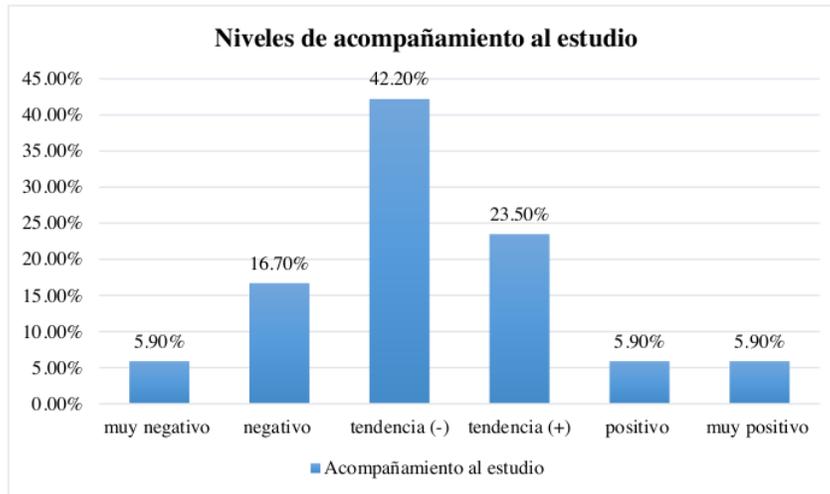
³ *Niveles hábitos de estudio en su dimensión acompañamiento al estudio.*

	Frecuencia	Porcentaje
Muy negativo	6	5,9%
Negativo	17	16,7%
Tendencia (-)	43	42,2%
Tendencia (+)	24	23,5%
Positivo	6	5,9%
Muy positivo	6	5,9%
Total	102	100%

² **Nota: Datos obtenidos del programa estadístico IBM SPSS Statistics 26**

Figura 7

Niveles hábitos de estudio en su dimensión acompañamiento al estudio.



Nota: En cuanto al factor de apoyo al estudio, el 42,20% de los estudiantes obtuvo una puntuación inferior a la media.

Fuente: programa estadístico IBM SPSS Statistics 26

4.2. Prueba de hipótesis

Como objetivo general de esta investigación se propuso el siguiente; ¹ **Determinar la relación entre estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes del nivel superior del instituto en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.** Por lo tanto, a fin de desarrollar la prueba adecuada para evaluar la correlación entre ambas variables, primero se confirmó la normalidad de las pruebas de ambas variables para analizar los datos. ¹⁰ En este caso se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, ya que el número de puntos de datos era superior a 50.

Tabla 14

Prueba de normalidad de datos de ¹ estrés académico y hábitos de estudio

	Holmogorov- Smirnov			Shapiro – Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Estrés académico	,077	102	151	,751	102	185
Hábitos de estudio	,062	102	095	,686	102	078

Fuente: Datos obtenidos del programa estadístico IBM SPSS Statistics 26

Nota: Los datos parecen tener una distribución normal porque parece que el valor p de cada variable es superior al nivel de significación de 0,05. En consecuencia, podemos afirmar que tienen normalidad y que las dos variables pueden compararse porque la prueba de hipótesis general del presente estudio muestra que la distribución de la variable estudiada es igual a la distribución normal.

Teniendo en cuenta la prueba de normalidad, se formularon las siguientes hipótesis:

Hi: Existe alto grado de relación entre estrés académico y los hábitos de estudio, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.

Ho: El estrés académico y los hábitos de estudio no se correlacionan significativamente en los estudiantes del primer ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.

Como objetivos específicos se plantearon los siguientes cinco objetivos:

- Identificar la relación de estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión formas de estudio, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.
- Identificar la relación de estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión resolución de tareas, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.
- Identificar la relación de estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión preparación de exámenes, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.
- Identificar la relación de estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión formas de escuchar la clase, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.
- Identificar la relación de estrés académico y los hábitos de estudio en su dimensión acompañamiento al estudio, en estudiantes del I ciclo del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella”, Pomabamba.

Por lo tanto, antes de procesar los datos, se determinó la normalidad de la prueba con el fin de diseñar la mejor prueba para evaluar la correlación entre estas variables. Dado que había más de 50 puntos de datos en la evaluación, se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov.

¹⁶
Tabla 15

Prueba de normalidad de datos de las dimensiones de hábitos de estudio

		Holmogorov- Smirnov			
		Estadístico	gl	Sig.	
Dimensiones de hábitos de estudio.	2	Formas de estudio	,070	102	203
		Resolución de tareas	,051	102	166
		Preparación de exámenes	,054	102	157
		Formas de escuchar las clases	,064	102	135
		Acompañamiento al estudio	,040	102	162

Fuente: Datos obtenidos del programa estadístico IBM SPSS Statistics 26

Nota: Se tiene en cuenta que los valores de p para cada dimensión están todos por encima del nivel de significación de 0,05, lo que indica que los datos se distribuyen normalmente. En este sentido, la contratación de una hipótesis particular en este estudio muestra que la distribución de la variable analítica es igual a la distribución normal, por lo que decimos que es normal si se puede comparar la dimensión de hábitos de aprendizaje con la variable estrés en el aprendizaje.

IV. DISCUSIÓN

Como capacidad general, se ha propuesto para determinar el nivel de aprendizaje de estrés y hábitos de aprendizaje, en los educandos universitarios del Instituto Superior Walter Peñaloza Ramella, Pomabamba, fue tomada en Suite $R = -, 527^{**}$ que significa entre el estrés de aprendizaje. Y los hábitos de aprendizaje, hay una correlación promedio significativa, inversión y fuerte, lo que significa una investigación más grande.

El aprendizaje de estrés muestra a los estudiantes de nivel superior, considerando que los hábitos de aprendizaje son un conjunto de hábitos y técnicas. Para averiguar si el estrés de aprendizaje es una respuesta normal contra muchos requisitos y requisitos académicos diferentes. Qué es similar a encontrar Quispe y Ramos (2019) en su investigación, desarrollar el tema "el estrés de aprendizaje y los hábitos de aprendizaje de los estudiantes universitarios, el primer año de la Universidad Nacional de San Agustín, Arequipa", tiene una relación proporcional inversa entre el estrés de aprendizaje Aspectos y el nivel de hábitos de aprendizaje; Es decir, la mayor presencia de factores de estrés, más el nivel de los hábitos de aprendizaje. Esta es la razón por la que estos resultados se basan en la teoría propuesta por Shalini et al. (2012) El estrés del estrés hace que los estudiantes apliquen los hábitos de aprendizaje correctos. Es por eso que se puede confirmar que los estudiantes en niveles más altos, la presencia académica del estrés puede mostrar dificultades en todos los hábitos y técnicas que utilizan para obtener nuevos conocimientos.

Con respecto al número específico de objetivos objetivos, incluida la determinación de la relación entre el estrés de aprendizaje y los hábitos de aprendizaje del tamaño del tamaño, en los estudiantes del Instituto Superior "Walter Peñaloza Ramella", se han encontrado ver en una fila $R = -449^{**}$, significa que existe una relación muy importante, inversa y mediana, lo que significa que un mayor estrés de aprendizaje practicará las formas académicas en los estudiantes de secundaria, como en la instigación de los Peinado (2018) llamados "El estrés de aprendizaje del año pasado, los estudiantes realizados con los estudiantes hechos con los estudiantes Del último año de la diversidad del ciclo del Instituto Nacional de Educación Diversificado, San Pedro Saxated, Guatemala ". Es un estudiante que crea más que el estrés de aprendizaje con sobrepeso y el tiempo limitado para hacer la tarea y el trabajo de aprendizaje. Por lo tanto, las personas han llegado a la conclusión de que el estrés de aprendizaje causa habilidades y no trabaja como una manifestación completa de factores de estrés y ausencia de comportamientos estratégicos para adaptar el aprendizaje de

estrés. Por esta razón, según Vicuña (1999), describa el tamaño, se refiere a la forma de investigación relacionada con el procedimiento utilizado en el momento del almacenamiento de investigación e información y Caldera et al. (2007) Describa que el aprendizaje de estrés a un nivel superior se debe a los requisitos de los estudiantes constantes. Por lo tanto, se puede decir que los estudiantes desarrollan formas suficientes de aprendizaje para reducir la presión y la carga emocional, pueden sentirse enfrentando a las necesidades de aprendizaje.

⁴ El número de objetivos específicos consiste en dos personas, incluida la determinación de la relación entre el estrés de aprendizaje y los hábitos de aprendizaje con la escala de soluciones de derechos, en los estudiantes del Instituto Senior "Walter Peñaloza Ramella", ya tomada en el Set -318 **, lo que significa Eso significa que existe una relación muy importante, contraria y promedio, lo que significa que el estrés de aprendizaje más grande está menos resuelto a nivel de nivel superior. Lo que es lo mismo que Zarate et al. (2018) "En su investigación llamada" Investigación y hábitos estresantes en el campo de la salud, la Universidad Autónoma de Sinaloa, México, descubrió que la relación entre la falta de hábitos y reacciones de la Fisiología y la psicología se relaciona con el estrés; Reduciendo los hábitos de investigación del aprendizaje de estrés, Además de los estudiantes de medicina, crean estrés con sus colegas, sobrecargas académicas, personajes, pruebas de maestros. La cual exige profesores, poco tiempo para los deberes y falta de comprensión de los temas tratados en clase. Entonces, según Vicuña (1999), describe que La resolución de las tareas se refiere a la actitud y las acciones se realizan. Casa, para cumplir con las tareas de aprendizaje. Eso significa que el estrés de aprendizaje está vinculado a las tareas de resolución fácilmente y aprender la expansión de la demanda en el curso de los niveles más altos que los de IEUR.

Con respecto a la tercer objetivo específico, implica ¹ determinar la relación entre el estrés de aprendizaje y los hábitos de aprendizaje en los exámenes de examen, en los estudiantes del instituto principal "Walter Peñaloza Ramella", se ha obtenido después de: 368 **, lo que significa que hay una relación muy importante. , lo que significa que los beneficios de estrés de aprendizaje más grandes aumentan la atención sobre la preparación de los exámenes en los miembros de los nacimientos de nivel superior. Parece Silva et al. (2019) "En su investigación llamada" Tensión académica en los estudiantes de Licenciatura de Licenciatura ", concluyendo ⁴ que los estudiantes tienen un nivel de estrés moderado

(87.8%). No hay asociaciones significativas que se encuentran entre el estrés, el semestre ($P = 0,678$) y el género. ($p = 0.476$). Como también concluyen que los estudiantes tienen un nivel de estrés moderado debido a los diferentes requisitos en sus exámenes, enfrentan su aprendizaje. De manera similar, es importante enfatizar que el estrés causa reacciones físicas, psicológicas y de comportamiento que afectan la salud de los estudiantes en un nivel superior. "Por lo tanto, según Vicuña (1999), describe el tercer tamaño para prepararse para la inspección; incluida la organización del tiempo, los recursos y la información necesaria para la planificación y el suministro de exámenes, así como Naranjo (2010), significa que los problemas son un estrés positivo Porque las personas pueden lidiar con diferentes situaciones negativas que pueden presentarse en el viaje de sus vidas. Por lo tanto, podemos decir que si el estrés de aprendizaje está relacionado con la preparación de estudiantes de alto nivel, los estudiantes en niveles más altos confían en o desafiando Sus exámenes interesados más y más preocupados por su desarrollo, tratando de implementar sus objetivos o expertos. Durante su objetivo. Semestre.

El cuarto objetivo específico es determinar la relación entre el estrés de aprendizaje y el hábito de estudio de su dimensión para escuchar en el aula, en los estudiantes del Instituto Superior Walter Peñaloza Ramella, obtenido después de 443 **, eso significa que es muy importante, directo y correlación media débil que se ha encontrado, eso significa que el estrés de aprendizaje más grande es una mayor dificultad para escuchar las clases escolares de niveles más altos. Lo que parece Galvez y García (2016) en su investigación "Hábitos académicos y tensión académica en los estudiantes de lactancia materna. TRUJILLO NACIONAL UNIVERSIDAD, 2016. Demuestra que existe una calificación de relaciones significativas $P = 0,74$ entre el aprendizaje y hábitos entre los estudiantes de enfermería. De la misma manera también mencionó que el 40% de los estudiantes con niveles moderados y niveles moderados de aprendizaje. Por eso, según Vicuña (1999), describe el cuarto tamaño que constituye formas de escuchar las clases; estas son acciones relacionadas con el registro de información de clase, IE, la implementación y la información de la orden se ordenan en el aula. Además de descubrir lo que los estudiantes se distraen en el momento de escuchar a la clase. Es por eso que podemos decir que el estrés de aprendizaje está asociado con las clases porque es necesario que los estudiantes sean un trato físico y psicológico para prestar atención al desarrollo de sus clases.

Finalmente, con respecto al objetivo final específico, incluida la determinación del estrés de aprendizaje y los hábitos de aprendizaje en la investigación de apoyo, en los estudiantes del Instituto Senior "Walter Peñaloza Ramella", el lugar obtenido después de: 399 ** Eso significa que hay una muy importante, Reversión y relación promedio, lo que significa que el mayor estrés académico pequeño es el apoyo de la investigación de estudiantes de alto nivel que. Lo que se parece a las atracciones presentadas por Solano (2020) "En el estudio" Estrategia de estrés y académico de estudios de posgrado de una universidad privada, en México ", donde se obtuvo este resultado, el 57.3% de los estudiantes presentan niveles serios de estrés de aprendizaje, el 54.7% tiene Calificaciones de aprendizaje muy altas; De manera similar, se ha encontrado una correlación débil y positiva ($RHO = 0.242$) entre el estrés y la estrategia académica. Adaptación con el valor P (0.037) < 0.05 . "Al igual que Vicuña (1999), en la última dimensión, ¿El apoyo del estudio es factores externos afectan la investigación? También Barraza (2006) determina que las restricciones académicas son creadas por los requisitos impuestos por el campo de la educación y aquellos que pueden afectar a dos maestros como los estudiantes. También se define como un estudiante incómodo presentado por factores físicos, emocionales, relacionados o internos, tanto el medio ambiente en el campo de la educación. Esto confirma que el estrés académico más pequeño es un hábito de aprendizaje que se puede expresar en el campo de la educación de niveles más altos.

V. CONCLUSIONES

¹³ Se encontró una relación inversa significativa entre el estrés escolar y los hábitos de estudio. Es decir, cuando los estudiantes de nivel superior perciben pasivamente como preocupantes las exigencias del entorno o las situaciones que encuentran en su camino de formación, tienden a expresar sus dificultades, la dificultad en sus prácticas de estudio.

Los estudiantes de nivel superior con estrés académico tienden a practicar menos los procedimientos de aprendizaje y cómo retener la información de aprendizaje (estilos de aprendizaje).

Se ha encontrado que, a mayor presión académica, menor capacidad para resolver la tarea, y esto significa que los estudiantes de mayor nivel con estrés académico tienden a mostrar menores actitudes y acciones para completar y desarrollar sesiones posteriores.

²² Para el tercer objetivo específico, se halló que los educandos con estrés académico mostraron mayor interés en la organización, recursos e información para la planificación.

Los estudiantes de nivel superior que se encuentran bajo estrés académico tienden a mostrar acciones relacionadas con el registro de información en la clase, es decir, tomar y organizar la información solicitada por el docente, y esta es la forma de escuchar la lección.

¹ Finalmente, se encontró que el estrés académico y el sesgo investigador asociado en estudiantes de nivel superior tenían una relación sustancial e inversa.

VI. RECOMENDACIONES

Es recomendable que las diversas instituciones superiores tomen en cuenta los resultados obtenidos para disminuir el ⁵ estrés académico y promover la práctica de hábitos de estudio en sus estudiantes.

Se sugiere al Director del Instituto Superior “Walter Peñaloza Ramella” compartir con la comunidad educativa los resultados obtenidos, con el fin de informar y tener en cuenta para el aprendizaje y enseñanza de los estudiantes del nivel superior.

Se recomienda a futuras investigaciones repetir la prueba, aumentando el tamaño de la muestra y sus características, incluyendo a estudiantes de ciclos superiores o de otros centros de estudio para comparar los hallazgos obtenidos.

Se sugiere también comparar ¹ las variables estrés académico y hábitos de estudio, con variables sociodemográfica como edad, sexo o carrera profesional, lo cual permitirá ampliar los resultados.

A los futuros investigadores se le sugiere comparar la variable estrés académico con: autoestima, relaciones interpersonales, así mismo ⁶ la variable hábitos de estudio con: rendimiento académico o motivación, lo cual permita obtener diferentes resultados.

ESTRÉS ACADÉMICO Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DEL I CICLO DEL INSTITUTO SUPERIOR “WALTER PEÑALOZA RAMELLA”, POMABAMBA

INFORME DE ORIGINALIDAD

14%

INDICE DE SIMILITUD

14%

FUENTES DE INTERNET

4%

PUBLICACIONES

8%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	3%
2	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
3	core.ac.uk Fuente de Internet	1%
4	repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	issuu.com Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Universidad Catolica de Trujillo Trabajo del estudiante	1%
8	revistas.usil.edu.pe Fuente de Internet	1%

9	docs.google.com Fuente de Internet	1 %
10	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
11	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1 %
12	repositorio.unc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
13	Submitted to Universidad Andina del Cusco Trabajo del estudiante	<1 %
14	archive.org Fuente de Internet	<1 %
15	Submitted to Universidad Cooperativa de Colombia Trabajo del estudiante	<1 %
16	Submitted to Universidad Nacional Mayor de San Marcos Trabajo del estudiante	<1 %
17	Submitted to Universidad Peruana Los Andes Trabajo del estudiante	<1 %
18	pesquisa.bvsalud.org Fuente de Internet	<1 %
19	Submitted to Universidad Privada Antenor Orrego Trabajo del estudiante	<1 %

20	Submitted to Universidad Ricardo Palma Trabajo del estudiante	<1 %
21	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	<1 %
22	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
23	repositorioinstitucional.buap.mx Fuente de Internet	<1 %
24	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias < 16 words

Excluir bibliografía

Apagado