

Universidad Católica de Santa María

Escuela de Postgrado

Maestría en Educación Superior



**RELACIÓN DE LOS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS
Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS DE UNA UNIVERSIDAD NACIONAL EN LA
MODALIDAD A DISTANCIA, DURANTE LA PANDEMIA POR LA
COVID-19, 2022.**

Tesis presentada por la bachiller:

Pastor Arias, Diana Flavia

Para optar el Grado Académico de:

Maestro en Educación Superior

Asesora:

Dra. Andía Gonzales, Brizaida Guadalupe

Arequipa - Perú

2023

UCSM-ERP

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA
ESCUELA DE POSTGRADO
DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR DE TESIS

Arequipa, 11 de Marzo del 2023

Dictamen: 006810-C-EPG-2023

Visto el borrador del expediente 006810, presentado por:

2011500902 - PASTOR ARIAS DIANA FLAVIA

Titulado:

**RELACIÓN DE LOS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO
EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE UNA UNIVERSIDAD NACIONAL BAJO LA MODALIDAD A
DISTANCIA, DURANTE LA PANDEMIA POR LA COVID-19, 2022.**

Nuestro dictamen es:

APROBADO

**6005 - BELTRAN MOLINA ROSA PATRICIA
DICTAMINADOR**



**6047 - NIETO BOLAÑOS NICOLA VERONICA
DICTAMINADOR**



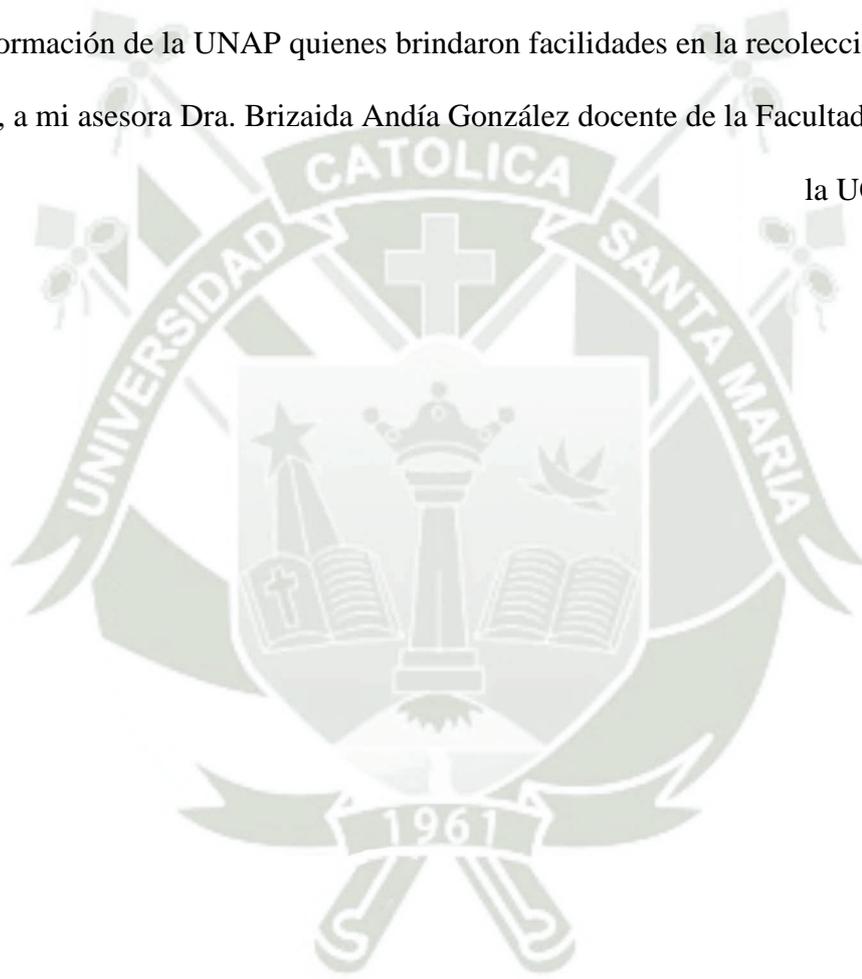
**6252 - PAREDES SAN ROMAN SANDRA IRENE
DICTAMINADOR**



A mis hijas, a Litzi por su amor y aliento, a Pamela por su gran apoyo en la realización del presente trabajo, a mis pequeñas tesoritos Isabella y Luciana.



Al Vicerrector Académico ingeniero Mario Cuentas Alvarado de la Universidad Nacional del Altiplano- Puno por su autorización, en la toma de datos, al ingeniero Jorge Núñez Huarachi y al ingeniero Rene Araujo Cotacallapa de la Oficina de tecnología de información de la UNAP quienes brindaron facilidades en la recolección de las actas de notas, a mi asesora Dra. Brizaida Andía González docente de la Facultad de Educación de la UCSM – Arequipa.



RESUMEN

La investigación plantea la hipótesis de que los estilos de afrontamiento al estrés guardan relación con el rendimiento académicos en estudiantes de una Universidad Nacional que realizaron sus actividades académicas de forma remota durante la pandemia por el COVID-19; para ello se plantea analizar las variables “estilos de afrontamiento al estrés” y “rendimiento académico” utilizando un diseño cuantitativo, no experimental, además de descriptivo correlacional y de corte transversal, por medio de la encuesta y una ficha de observación aplicada a una muestra de 78 estudiantes, siendo los instrumentos aplicados el Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (CAE), desarrollado por Sandín y Chorot el 2003, un cuestionario desarrollado por la investigadora para obtener información sociodemográfica y del estrés de los estudiantes y una ficha bibliográfica donde se extrajo la información del desempeño académico de estos; además se hizo uso de tablas de contingencia, y los coeficientes de T de Student y Correlación de Spearman. Las principales conclusiones determinaron que no se halló relación entre el estilo de afrontamiento al estrés y el rendimiento académico, sin embargo se halló relación entre el grado de estrés académico y el rendimiento final obtenido, además de diferencias sobre los estilos de afrontamiento predominante entre los estudiantes.

Palabras Clave: Estilos de afrontamiento al estrés, estrés académico, desempeño académico, educación superior, COVID-19

ABSTRACT

The research hypothesizes that stress coping styles are related to academic performance in students of one national university who carried out their academic activities remotely during the COVID-19 pandemic; to this end, we propose to analyze the variables "styles of coping with stress" and "academic performance" using a quantitative, non-experimental, descriptive, correlational and cross-sectional design, by means of a survey and an observation sheet applied to a sample of 78 students, The instruments used were the Coping with Stress Questionnaire (CAE), developed by Sandín and Chorot in 2003, a questionnaire developed by the researcher to obtain sociodemographic and stress information about the students, and a bibliographic file where the information about their academic performance was extracted; In addition, contingency tables were used, as well as Student's T coefficients and Spearman's correlation coefficients. The main conclusions determined that no relationship was found between the style of coping with stress and academic performance; however, a relationship was found between the degree of academic stress and the final performance obtained, as well as differences in the predominant coping styles among the students.

Key words: Coping styles to stress, academic stress, academic performance, higher education, COVID-19.

ÍNDICE

RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
LISTA DE ABREVIATURAS.....	xi
INTRODUCCIÓN.....	1
HIPÓTESIS	4
OBJETIVOS.....	5
CAPITULO I: MARCO TEÓRICO	6
1. Marco Teórico y Conceptual	6
1.1. Estrés.....	6
1.2. Estilos o Estrategias de Afrontamiento frente al Estrés.....	9
1.3. Educación Superior.....	14
1.4. Rendimiento Académico.....	17
1.5. Pandemia del COVID-19.....	20
1.6. Confinamiento Social.....	21
2. Análisis de Antecedentes Investigativos	21
2.1. Antecedentes Internacionales.....	21
2.2. Antecedentes Nacionales	22
2.3. Antecedentes Locales.....	23
CAPITULO II: METODOLOGÍA	25
1. Técnicas e Instrumentos	25
1.1. Técnicas	25
1.2. Instrumentos.....	25
1.3. Operacionalización de Variables	28
2. Campos de Verificación	29
2.1. Ubicación Espacial.....	29
2.2. Ubicación Temporal.....	29

2.3. Unidades de Estudio	29
3. Estrategia de Recolección de Datos.....	29
CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN	31
1. Resultados.....	31
1.1. Estilos de Afrontamiento al Estrés en Estudiantes Universitarios bajo la Modalidad a Distancia, Durante la Pandemia por al COVID-19.	31
1.2. Rendimiento Académico en Estudiantes Universitarios bajo la Modalidad a Distancia, Durante la Pandemia por la COVID-19.	34
1.3. Principales Estresores en Estudiantes Universitarios Bajo la Modalidad a Distancia, Durante la Pandemia por la COVID-19.	37
1.4. Relación de los Estilos de Afrontamiento al Estrés y el Rendimiento Académico en Estudiantes Universitarios bajo la Modalidad a Distancia, Durante la Pandemia por la COVID-19	40
2. Discusión	53
CONCLUSIONES.....	58
RECOMENDACIONES	59
REFERENCIAS	61
ANEXOS	71

Índice de Tablas

Tabla 1 <i>Estilo de Afrontamiento Predominante en los Estudiantes</i>	31
Tabla 2 <i>Estilo de Afrontamiento Predominante Según el Sexo</i>	32
Tabla 3 <i>Estilo de Afrontamiento Predominante Según la Edad</i>	33
Tabla 4 <i>Estadísticos: Promedio de Calificación el 2020</i>	34
Tabla 5 <i>Estadísticos: Promedio de Calificación el 2021</i>	35
Tabla 6 <i>¿Tu, o algún familiar, se han contagiado del COVID-19?</i>	37
Tabla 7 <i>Contagio del COVID-19 y Promedio de Notas el 2020 y 2021</i>	40
Tabla 8 <i>Prueba de muestras independientes: Contagio Personal y Promedio de Notas el 2020</i>	41
Tabla 9 <i>Prueba de muestras independientes: Contagio Familiar y Promedio de Notas el 2020</i>	42
Tabla 10 <i>Prueba de muestras independientes: Contagio Personal y Promedio de Notas el 2021</i>	43
Tabla 11 <i>Prueba de muestras independientes: Contagio Familiar y Promedio de Notas el 2021</i>	43
Tabla 12 <i>Matriz de Correlaciones (Spearman): Fuente del Estrés, Estilo de Afrontamiento y Promedio de Calificaciones</i>	45
Tabla 13 <i>Promedio de Calificaciones Según el Estilo de Afrontamiento</i>	47
Tabla 14 <i>Prueba de muestras independientes: Búsqueda de Apoyo Social y Promedio General</i>	48
Tabla 15 <i>Prueba de muestras independientes: Expresión Emocional Abierta y Promedio General</i>	48
Tabla 16 <i>Prueba de muestras independientes: Religión y Promedio General</i>	49
Tabla 17 <i>Prueba de muestras independientes: Focalizado en la Solución del Problema y Promedio General</i>	50
Tabla 18 <i>Prueba de muestras independientes: Evitación y Promedio General</i>	50
Tabla 19 <i>Prueba de muestras independientes: Autofocalización Negativa y Promedio General</i>	51
Tabla 20 <i>Prueba de muestras independientes: Reevaluación Positiva y Promedio General</i>	51

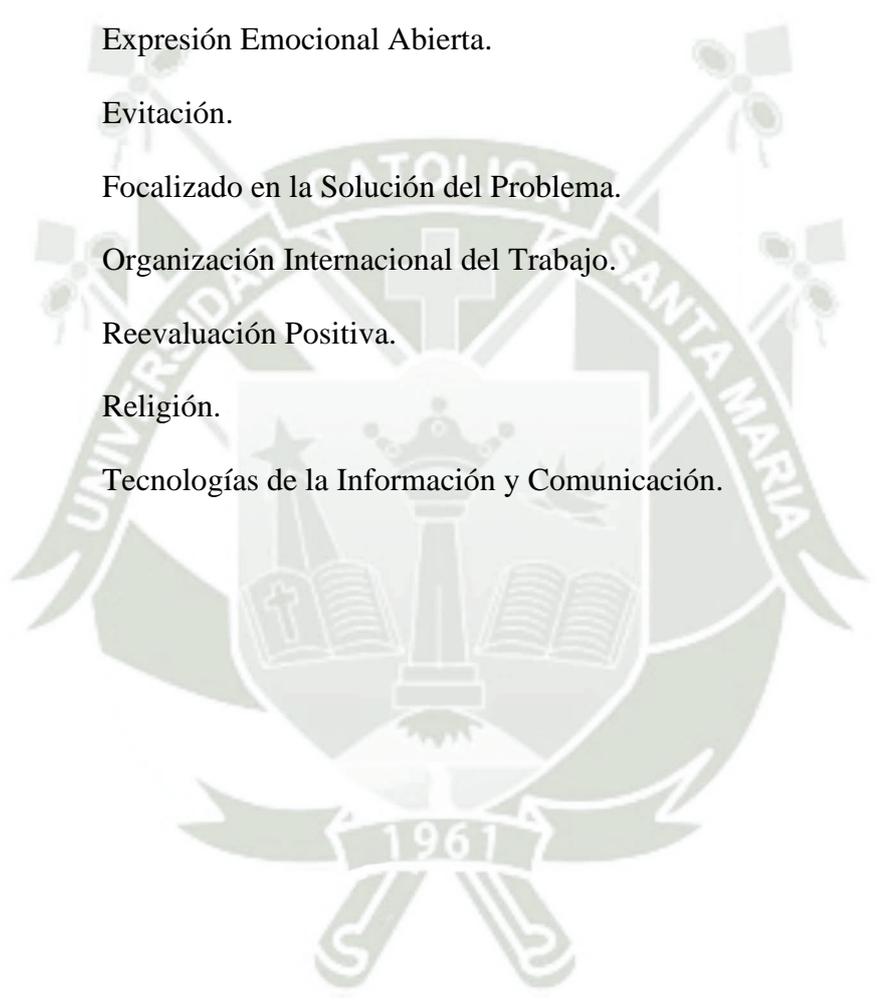
Índice de Figuras

Figura 1 Histograma de Notas Promedio Durante el 2020.....	34
Figura 2 Histograma de Notas Promedio Durante el 2021.....	35



LISTA DE ABREVIATURAS

AFN:	Autofocalización Negativa.
BAS:	Búsqueda de Apoyo Social.
CAE:	Cuestionario de Afrontamiento al Estrés.
EEA:	Expresión Emocional Abierta.
EVT:	Evitación.
FSP:	Focalizado en la Solución del Problema.
OIT:	Organización Internacional del Trabajo.
REP:	Reevaluación Positiva.
RLG:	Religión.
TIC:	Tecnologías de la Información y Comunicación.



INTRODUCCIÓN

El estudio del estrés ha sido un tema de gran atractivo para la comunidad científica dado el enorme impacto que este tiene en todos los aspectos de la vida cotidiana, tanto es este, que en las últimas décadas el estrés se está convirtiendo en un problema social endémico que no solo sucede en los ámbitos personales, sino también en lo laboral, académico, familiar, etc.

El estrés académico, por otro lado, constituye un tema importante en el estudio general del estrés, ya que por su naturaleza este se presenta en el ser humano desde muy corta edad y puede llegar a modificar la calidad del vida del estudiante comprometiendo así su futuro próximo, donde los estudiantes que usualmente están sometidos a niveles crónicos de estrés desencadenan problemas emocionales, que condicionan su éxito académico y laboral, determinando también el bienestar general que estos experimentan.

En el desarrollo de la práctica docente es común ver estudiantes que, ante situaciones generadoras de estrés (ej. exámenes de admisión para la universidad, etc.), manifiesten reacciones físicas y emocionales extremas, que no solo comprometen su desempeño en el corto plazo, sino que también pueden ser indicadores de su insatisfacción y malestar socioemocional futuro, lo cual puede contribuir a un sentimiento de frustración generalizada que podría incrementar el abandono académico.

Por otro lado, la educación en el Perú ha experimentado en los últimos años un cambio transversal, rotando desde el estilo tradicional que evalúa solo los conocimientos adquiridos por el estudiante mediante su desempeño en evaluaciones objetivas, a otro en donde se considera no solo el conocimiento adquirido, sino las competencias y habilidades que demuestran una correcta aplicación de dichos conocimientos en la práctica, donde se valora también las condiciones que tiene el estudiante para hacer frente a situaciones o problemas relacionados a su profesión.

En ese sentido, se podría considerar el manejo del estrés como una habilidad necesaria para el óptimo desempeño académico y profesional, siendo una característica importante las estrategias o estilos que los estudiantes ponen en práctica para lograr un afrontamiento exitoso, más aún, si consideramos que el manejo emocional no es un aspecto que usualmente se enseña a lo largo de la vida académica del estudiante, lo cual constituye una gran debilidad para su desarrollo pero también una oportunidad inmejorable para su estudio y propuesta de mejora continua.

Por ello, la presente investigación plantea profundizar dicha problemática, analizando los diferentes estilos que los estudiantes desarrollan y practican como respuesta del manejo de las situaciones o factores estresantes, relacionando con el éxito académico; en ese sentido se desarrolla la hipótesis de que los estudiantes que poseen estilos de afrontamiento al estrés más efectivos poseen una respuesta apropiada frente a los requerimientos académicos que les permite alcanzar un mejor rendimiento, y viceversa, aquellos estudiantes que practican estilos de afrontamiento no efectivos o evitativos, manifiestan dificultades para el desarrollo académico, lo que eventualmente desemboca en un rendimiento académico pobre.

Todo esto dentro de una metodología no experimental y cuantitativa, ya que se seleccionaron criterios matemáticos y estadísticos para la comprobación de las hipótesis, con el fin de obtener resultados objetivos para la población de estudio (Hernández Sampieri et al., 2014); además se plantea la descripción de los resultados obtenidos y la comparación con fines de establecer relaciones, ya que se planteó lograr una representación fiable de las características internas de la población de estudio, además de explicar la relación presente entre las variables planteadas de forma fidedigna a lo que sucede naturalmente en el medio ambiente de estudio, en el momento específico en que se realizan las observaciones (Hernández Sampieri et al., 2014).

El estudio se justifica relevante ya que el estrés, es aún uno de los temas más controversiales en la literatura científica a pesar de no ser un tema relativamente nuevo, ya que no existen consensos generales entre los científicos que puedan confirmar con total certeza su significado e implicancias en la vida del ser humano (Alfonso Águila et al., 2015), del cual el estrés académico es aún un tema poco investigado, dado que la gran mayoría de investigaciones lo relacionan con el bienestar del estudiante y su desempeño, siendo muy pocos aquellos que lo enfocan no desde las consecuencias negativas que este tiene en el estudiante, sino desde las estrategias que los estudiantes utilizan para hacer frente a estas situaciones; en ese sentido, existe cierto consenso de las consecuencias del estrés en la salud de las personas en general, pero no, en cuanto de cómo las estrategias para afrontarlo influyen en el desarrollo académico de los estudiantes.

En el desarrollo de la investigación se pudo hallar algunas dificultades que limitaron en cierta medida el desarrollo del estudio; donde los aspectos como dificultades para el acceso a los estudiantes principalmente debido a algunas restricciones por el

COVID-19, sumado a la baja voluntad de estos para participar voluntariamente en el estudio y la escasas de antecedentes investigativos fueron factores que han influido en el logro de los objetivos, especialmente en lo referente a la comprobación de las hipótesis, ya que para poder realizar el levantamiento de datos, se necesitó en un primer momento del consentimiento de los participantes para que pueda ser administrada la encuesta y la revisión de su historial académico, los cuales, en un porcentaje significativo no mostraron una gran disposición de participar del estudio, limitando a que el muestreo sea convencional.

Sin embargo, se pueden resaltar como principales conclusiones que el rendimiento académico de los estudiantes durante el COVID-19 ha sido en su gran mayoría positivo, donde además el estrés académico guarda una relación inversa con el rendimiento académico, pero este no guarda relación con los estilos de afrontamiento que los estudiantes desarrollan en su vida académica diaria; no obstante el aporte principal de la presente investigación resultó en identificar los estilos de afrontamiento que utilizan los estudiantes universitarios frente a cada fuente de estrés.

Finalmente, para la mejor comprensión de la materia estudiada, el presente trabajo de investigación se organizó de la siguiente manera:

El Capítulo I, denominado planteamiento teórico, se exponen los fundamentos teóricos relacionados a las variables y problema estudiado.

En el Capítulo II, se aborda la organización metodológica de la investigación, en esta parte también se explican las técnicas, instrumentos, detalle de la población y muestra analizada y los criterios utilizados en el procesamiento de la estadística seleccionada.

En el Capítulo III, denominado resultados y discusión, se presentan los resultados generados a partir del análisis estadístico, seguido de un contraste en la discusión y las conclusiones y sugerencias.

HIPÓTESIS

Dado que, el virus, y posterior pandemia por el COVID-19 ha sido un factor determinante en el cambio de la vida cotidiana, hábitos y dinámica educativa de los estudiantes de educación superior, modificado grandemente los aspectos de su vida diaria.

Es probable que, exista una relación directa entre el estilo de afrontamiento que los estudiantes de una Universidad Nacional, bajo la modalidad a distancia, utilizan frente al estrés con su rendimiento académico durante la pandemia del COVID-19.



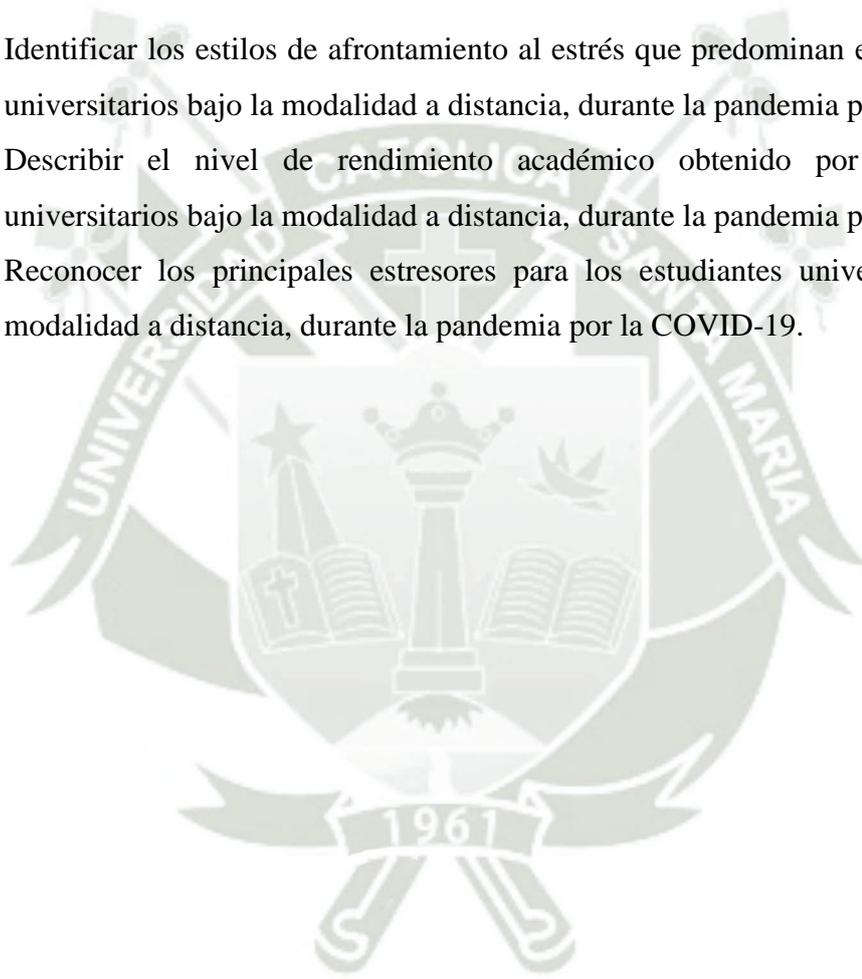
OBJETIVOS

Objetivo General

Determinar la relación que existe entre los estilos de afrontamiento al estrés y el rendimiento académico de estudiantes universitarios bajo la modalidad a distancia, durante la pandemia por la COVID-19

Objetivos Específicos

- Identificar los estilos de afrontamiento al estrés que predominan en los estudiantes universitarios bajo la modalidad a distancia, durante la pandemia por al COVID-19.
- Describir el nivel de rendimiento académico obtenido por los estudiantes universitarios bajo la modalidad a distancia, durante la pandemia por la COVID-19.
- Reconocer los principales estresores para los estudiantes universitarios bajo la modalidad a distancia, durante la pandemia por la COVID-19.



CAPITULO I: MARCO TEÓRICO

1. Marco Teórico y Conceptual

1.1. Estrés

Este se define como un estado psicológico y fisiológico que se suscita en la persona frente a situaciones desafiantes y desequilibradoras, las cuales pueden ser ocasionadas por factores reales o por las percepciones mismas de la persona, las que requieren de una respuesta que le permita un mejor ajuste emocional y psicológico a la situación (Gorden, 2004, citado por Cachique Macedo y Zegarra Alvarado, 2021).

Lazarus y Folkman (1986, citados en Chávez Carreón y Amado Peralta, 2017) consideran que el estrés no es un factor enteramente negativo para la persona, ya que situaciones en donde se presente de forma leve y por periodos cortos puede tener efectos positivos, e incluso de mayor adaptación para la persona que los experimenta, mejorando así su capacidad para superar situaciones estresantes a futuro.

Fisiológicamente el estrés se manifiesta en el cuerpo mediante la “activación del eje hipofosuprarrenal y del sistema nervioso vegetativo” (Nogareda Cuixart, s.f., p.1); además, en la vida diaria todos los seres humanos experimentamos ciertos niveles de estrés, la dificultad radica que ante situaciones de diferente magnitud este puede producir una reacción que puede ser positiva o negativa, donde el sistema, biológico y psicológico, de la persona es puesto a prueba para determinar si puede superar satisfactoriamente esa situación estresante, o si es que esta situación supera sus capacidades individuales.

Por otra parte, el estrés que se experimenta en la persona sucede en forma de un ciclo, el cual eventualmente lleva a que, una vez superado la situación estimulante, regrese a un punto de equilibrio, la cual de no suceder al mantenerse la persona en un estado constante de estrés, llega a desarrollar alteraciones biológicas, agotando los recursos del cuerpo, logrando desencadenar en enfermedades que le impiden adaptarse a las nuevas situaciones, generando un círculo vicioso para la persona (Nogareda Ciuxart, s.f.).

1.1.1. Fases del estrés

Este se desarrolla siguiendo una serie de etapas, las cuales son descritas a continuación:

- a. **Primera fase o alarma**, sucede en el momento que la persona reacciona ante la situación estresante, o estresor; en esta etapa se produce la activación de las glándulas suprarrenales, inyectando adrenalina a la sangre, esto origina la hiperventilación del cuerpo, aumento de la frecuencia de los latidos del corazón y la frecuencia de la respiración, produciendo la activación del sistema nervioso simpático, preparando al cuerpo para la reacción de lucha o huida, es decir, de generar una respuesta física acorde a la situación estresante (Ospina Stepanian, 2016).
- b. **Segunda fase o resistencia**, esta sucede ante la permanencia del estresor, lo que produce un reforzamiento de las señales activadas en la etapa previa, se segrega cortisol en la sangre lo que incrementa la glucosa en el cuerpo, especialmente en los órganos vitales y el sistema musculoesquelético (Ospina Stepanian, 2016).
- c. **Tercera fase o agotamiento**, de no detenerse las causas del estrés en las etapas previas, se genera un agotamiento generalizado por el esfuerzo de mantener el estado de alerta durante periodos extensos; esto se manifiesta en el cuerpo mediante la disminución de las capacidades cognitivas de la persona, afectando principalmente la memoria y la concentración, además de pensamientos repetitivos que ayudan a mantener la situación de alerta o estrés, afectando también el estado de ánimo (Davis y Palladino, 2008, en Ospina Stepanian, 2016)

1.1.2. Formas del estrés

Cañeque (2018, citado en Flores Beltrán, 2019) menciona que según la función y la extensión en que este es experimentado este se puede presentar en tres formas:

- Estrés agudo, sucede principalmente como respuesta a las situaciones que se presentan en la vida cotidiana, suele tener un periodo limitado de duración y produce un desgaste menor en la persona que lo experimenta.
- Estrés episódico agudo, surge como producto de la repetición constante de los hechos de estrés agudo, este tipo de estrés es más desgastante que el agudo y puede generar problemas de relación y adaptación.
- Estrés Crónico, se presenta cuando las situaciones provocadoras de estrés suceden continuamente, por lo que supone un desgaste constante de los recursos de la persona.

1.1.3. Estrés Académico

Es el proceso por el cual el estudiante es sometido a una serie de demandas académicas que requieren de una respuesta para su superación, estas demandas o estresores pueden llegar a suponer una serie de desequilibrios internos que desencadenen en síntomas psicológicos más graves, por lo que el estudiante es requerido de una serie de estrategias de afrontamiento para poder regular su equilibrio interno (Barraza, 2006, citado por Achong Suarez, 2021).

El estrés académico puede desencadenar problemas de índole psicológico y emocional como la depresión, ansiedad, etc., los cuales además se presentan en los adolescentes y jóvenes adultos en cierta magnitud; este estrés puede afectar de forma negativa el rendimiento y éxito académico, siendo muchas veces un signo de frustración (Frese et al., 2018, mencionados en Torrejón Rabanal y Pariatanta Mendoza, 2021).

En la actualidad, la comunidad científica plantea su estudio en base a dos enfoques, el primero o enfoque psicobiológico, define al estrés académico como el conjunto de factores que estimulan o generan la respuesta de estrés, analizando además cuales son las respuestas físicas y emocionales que surgen, específicamente en los procesos de enseñanza-aprendizaje en los estudiantes; por otro lado, el segundo enfoque también llamado personológico estudia el estrés académico desde una visión sistémica cognitiva que pone en el centro a los proceso mentales que promueven el estrés, siendo el principal

rol la evaluación interna entre los requerimientos del entorno y los recursos individuales para afrontarlos satisfactoriamente (Román Collazo y Hernández Rodríguez, 2011).

Taípe Flores y Guzmán Soto (2020) enumeran una serie de síntomas que suceden específicamente respecto del estrés académico, siendo estos clasificados en tres categorías:

- Físicos, como cefaleas, dificultad para dormir, malestar estomacal, cansancio crónico, etc.
- Psicológicos, manifestados por dificultades cognitivas y emocionales, problemas de concentración, ansiedad, etc.
- Conductuales, como ausentismo, poca motivación y energía para el desarrollo de las actividades, etc.

Barraza Macías (2011) establece el siguiente proceso por el cual se genera el estrés académico en los estudiantes:

1. El medio ambiente donde se desarrolla el estudiante genera una serie de exigencias para el alumno.
2. La aparición de estas exigencias genera en el alumno una valoración interna para lograr su manejo.
3. Si estas demandas son evaluadas como de mayor complejidad para poder manejadas con los recursos internos, se transforman en estresores.
4. Los estresores, al ser asumidos generan un desequilibrio en el sistema interno del estudiante frente a su entorno académico, ocasionando así manifestaciones psicofisiológicas como cefaleas, ansiedad, etc.
5. Se produce un segundo proceso valorativo donde el estudiante evalúa su capacidad para afrontar esa situación generadora de estrés, en dicho proceso se determina su estrategia de acción para lograr sus superación.
6. Se manifiestan las estrategias de afrontamiento en la conducta del estudiante.
7. Finalmente, se produce una valoración del proceso de afrontamiento, en donde de haber tenido una respuesta positiva, se reestablece el equilibrio en el sistema, y por el contrario es negativa se produce un reajuste hasta el logro del objetivo.

1.2. Estilos o Estrategias de Afrontamiento frente al Estrés

Uno de los principales modelos o teorías para la explicación de estos es la propuesta por Lazarus y Folkman, quienes desarrollaron el Modelo Transaccional que

define al afrontamiento como todos los procesos mentales y comportamentales que se presentan en las personas para poder manejar los requerimientos internos y externos que sobrepasan las capacidades o recursos de la persona, las cuales se ejecutan con el fin de disminuir y controlar la experiencia del estrés (Piemontesi y Heredia, 2009).

Por ello, los estilos de afrontamiento hacen referencia a los esfuerzos en el comportamiento de las personas que estos ejercitan frente a las situaciones estresantes; de manera que puedan tratar con las demandas internas o externas, que pudieran estar ocasionando ese estrés, además del manejo de toda la sintomatología añadida y que afecta en gran medida al bienestar psicológico del ser humano en estas situaciones (Sandín, 1995, citado en Sandín y Chorot, 2003).

Es así que Piemontesi y Heredia (2009) resaltan que existe una diferencia entre los estilos y las respuestas de afrontamiento al estrés, siendo el primero definido como las “predisposiciones de la personalidad que trascienden la influencia del contexto situacional y el tiempo” (p. 103), de donde el principal enfoque de su estudio es resaltar que estos diferentes estilos son relativamente estables frente a las situaciones cambiantes que los generan; mientras que las respuestas son los pensamientos y comportamientos variables en el tiempo y naturaleza del fenómeno estresante.

Piemontesi et al. (2012) menciona que para el análisis y estudio de estos se deben de tener en consideración cinco aspectos fundamentales:

1. Los modelos teóricos en torno al estrés y sus formas de acercamiento.
2. La variabilidad que existe entre las diferentes estrategias y como estas se relacionan con cada situación estresante, no es lo mismo el estrés de un examen que el relacionado a la muerte de algún familiar.
3. La diferencia entre los estilos de afrontamiento al estrés, la disposición a afrontar el estrés y las respuestas para afrontar el estrés, siendo los dos primeros relacionados con las predisposiciones de la personalidad del sujeto, y el último a las formas de pensar y conductas que suceden en los momentos de estrés.
4. Al momento de evaluar las respuestas al estrés es conveniente analizar el momento en que estas suceden en función de la situación estresante para determinar si esta respuesta es en función de las fases previas, la confrontación, la espera y los resultados.

5. Considerar las diferencias halladas en cuanto de la experiencia del estrés según el género de la persona.

El uso adecuado de estrategias de afrontamiento del estrés no funciona solo como un paliativo inmediato de los síntomas del estrés, sino también como un factor que disminuye los efectos y consecuencias a largo plazo, lo que se traduce en un mayor bienestar, la disminución de problemas emocionales como la depresión y ansiedad, etc.; en donde los estudiantes que afrontaron este estrés de forma equivocada manifiestan más conductas evitativas (como el consumo de sustancias, etc.), experimentando más síntomas asociados a este como la depresión y ansiedad, incrementando el malestar psicológico (Gonzales Cabanach et al., 2018).

Al respecto, la investigación plantea el estudio de los estilos de afrontamiento al estrés planteados dentro de la teoría de Sandin y Chorot (2003), la cual además se basa en la clasificación de Lazarus y Folkman que indica existen dos grandes categorías para determinar los estilos de afrontamiento: aquellos enfocados en la solución de los problemas, y los que se focalizan en las emociones derivadas de estos; a continuación se explorarán todas estas categorías

1.2.1. Estilos de Afrontamiento Centrados en el Problema

Este se caracteriza por ordenar la actividad frente al estrés que lo ocasiona, es decir, los problemas o dificultades que pudieran generar este estrés, planteado su manejo o solución enfocándose en la gestión de las demandas internas de la persona, como de las situaciones externas a este o también llamadas ambientales; estos estilos buscan activamente cambiar las circunstancias que generan estas dificultades, o generar nuevas habilidades que le permitan a la persona afrontar efectivamente estos problemas (Di-Colloredo et al., 2007); dentro de estos podemos mencionar los siguientes:

a. Búsqueda de Apoyo Social (BAS)

Los conceptos de apoyo social en la literatura y teoría científica surgieron por primera vez con los trabajos de John Bowlby y John Barnes a mediados del siglo, desde ese momento hasta la actualidad el concepto de apoyo social ha ido evolucionando desde

una perspectiva que estaba orientada hacia la forma como el trabajo y la familia contribuyen en el bienestar del ser humano, hasta en la actualidad que se enfoca más en el apoyo que la persona tiene en el desarrollo de su vida, especialmente en situaciones adversas; siendo en la actualidad considerado un concepto multidimensional muy relacionada a las redes sociales que mantienen las personas (Aranda y Pando, 2013).

En ese sentido, el apoyo social se podría conceptualizar como un “sentido de valía y ser querido del individuo, al percibirse a sí mismo como miembro aceptado de un grupo social” (Durá y Garcés, 1991, p. 258), por lo que la búsqueda de apoyo social podría definirse como la intención y comportamiento que el ser humano manifiesta para la búsqueda de otras personas, que muchas veces son con mayor experiencia o conocimiento sobre el tema, que le puedan brindar un soporte emocional y comprender mejor su situación personal.

b. Focalizado en la Solución del Problema (FSP)

Esta estrategia consiste en la búsqueda sistemática para la elaboración de un plan o acciones específicas para solucionar el problema; esto incluye el análisis de sus causas, la planificación de los pasos a seguir, la búsqueda y estudio de información y datos relacionados en donde se incluyen también las personas relacionadas al problema, la ejecución activa de la solución planteada y finalmente el análisis de la estrategia diseñada (Kohama Jonda et al., 2021).

c. Reevaluación Positiva (REP)

Este estilo de afrontamiento implica una reflexión por parte del individuo para hallar los aspectos positivos y negativos de la situación problemática, afrontando sus aspectos menos favorables con una actitud y postura realista que permita su solución sin generar estados excesivos de optimismo, empoderándose a sí mismo y desarrollando conductas que protegerse a sí mismo, como a los demás, reduciendo así el estrés percibido y las problemáticas relacionadas a este en cuanto de su salud mental (Garza Varela et al., 2021).

1.2.2. Estilos de Afrontamiento Relacionados a la Emotividad

Usualmente este grupo de estilos de afrontamiento sucede cuando se ha evaluado la situación estresante sin poder hallar una solución aparente; en ese sentido lo que buscan

estas es regular la emotividad que el estresor puede estar generando en la persona, de manera que se pueda manejar el malestar percibido que está siendo generado (Di-Colloredo et al., 2007). Estos estilos se dividen entre aquellos que buscan regular la respuesta emocional, como son la expresión emocional abierta y la autofocalización negativa; o aquellos que buscan activamente evitar la situación como son la religión y la evitación propiamente dicha:

a. Expresión Emocional Abierta (EEA)

El desarrollo emocional es una parte muy importante en la vida del ser humano, ya que este es un factor relevante en las relaciones sociales que los individuos tienen entre sí en donde habilidades como la empatía frente a las emociones de los demás, la regulación y control de las propias emociones, y la capacidad para poder manejar o generar ciertos estados emocionales en los demás son aspectos que determinan la calidad del vínculo posible entre seres humanos (Abarca Castillo, 2003).

En ese sentido, este estilo de afrontamiento al estrés consiste en la “descarga emocional dirigida de forma agresiva a las personas que le rodean” (Sandín y Chorot, 2003, citados por Osorio Guzmán et al., 2020), es decir la expresión de emociones y estados de ánimo como el humor, agresividad, irritación y cualquier aspecto emocional en general (Sandín y Chorot, 2002, mencionados en Vaca Narváez, 2016).

b. Autofocalización Negativa (AFN)

Consiste en una estrategia de afrontamiento centrada en la emoción en donde la persona tiene creencias donde supone que el problema solo empeorará por lo que cambian la forma en como estos experimentan la situación problemática al cambiarle el significado, pero no buscan una solución inmediata (Sierra Llamas y Julio, 2010) experimentando emociones como la indefensión, culpa, angustia y desesperanza de que pueden tener un rol activo en su solución (Espinoza et al., 2009).

c. Religión (RLG)

Para la psicología del ser humano, el aspecto religioso o espiritual funciona como un componente que aporta a la sensación emocional percibida al generar estados de

tranquilidad y seguridad, especialmente cuando los problemas son percibidos como complicados, generando un estado de esperanza para su mejor solución; por lo que esta estrategia de afrontamiento hace referencia a la voluntad y comportamiento que tiene la persona para recurrir en sus creencias religiosas como estrategia para solucionar sus problemas (Kohama Jonda et al., 2021).

d. Evitación (EVT)

En este tipo de estrategia, la persona evita implicarse en el problema directamente al asumir que este aplazamiento le permitirá manejar y generar nuevos recursos emocional y psicosociales preferentemente a tener un rol activo e inmediato en la solución del problema en cuestión (Macias et al., 2013).

Esta conducta puede manifestarse en la persona de dos formas: (a) evitación emocional, en donde la persona busca ocultar o disminuir sus emociones que son evaluadas como negativas o dañinas; y (b) evitación cognitiva, en donde se procura neutralizar todos los pensamientos que la persona considera perturbadores al enfocar su atención en otras actividades, evitando así la solución o abordaje del problema (Gantiva Díaz et al., 2010).

1.3. Educación Superior

La Conferencia Mundial Sobre la Educación Superior desarrollada por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 1998) define a esta como “todo tipo de estudios, de formación o de formación para la investigación en el nivel postsecundario, impartidos por una universidad u otros establecimientos de enseñanza que estén acreditados por las autoridades competentes del estado como centros de enseñanza superior” (p. 1).

En esta misma conferencia se definieron tres aspectos fundamentales en que los sistemas de educación superior en los países deberían de fundamentarse:

- Fomentar las capacidades de la población y la sociedad para poder vivir en tiempos de incertidumbre, generando en el proceso situaciones de cambio que atiendan las necesidades sociales de las personas.
- Fortalecer y practicar con rigor científico y ético la investigación de calidad.

- Promover la educación desde una perspectiva que le permita a los estudiantes integrarse óptimamente en la sociedad mundial del conocimiento.

En ese sentido, la educación superior contemporánea, las universidades o centros de educación superior tienen un rol muy importante en el desarrollo del estudiante y docente universitario, en donde este último juega un papel fundamental en su promoción, de manera que esta educación pueda cumplir con los aspectos que el mercado y la sociedad demandan de los profesionales, pero que también permita la innovación por medio de la creación de espacios que impulsen esta como una necesidad actual (Agüera Ordax et al., 2005).

1.3.1. Educación Superior en el Perú

La educación superior en el Perú inicia con la fundación de la Universidad San Marcos en 1551, la cual inicialmente se enfocaba solo en la enseñanza de la teología en donde su principal rol era la de preparar, con la palabra de Dios, a los conquistadores españoles para catequizar a la población indígena, desde la visión del pensamiento europeo de la época; siendo esta en su etapa inicial solo accesible a las poblaciones blancas y descendientes solo de europeos, eliminando o ignorando el conocimiento de los pueblos indígenas autóctonos (Mejía, 2018).

En ese sentido, la educación universitaria ha sufrido muchos cambios a lo largo de la historia del Perú, los cuales siempre han sido afines a las circunstancias políticas y sociales del País como del mundo; cambiando desde su enfoque segregadora inicial a una que promovía la igualdad social, masificándose y mercantilizándose hacia un modelo neoliberal promovido principalmente por el estado (Mejía, 2018).

En la actualidad, esta educación superior universitaria se rige por la Ley N° 30220 (2014), la cual tiene el fin de normar a las instituciones universitarias a nivel nacional además de motivar “el mejoramiento continuo de la calidad educativa de las instituciones universitarias como entes fundamentales del desarrollo nacional, de la investigación y de la cultura” (Artículo 1); la cual además crea a la Superintendencia Nacional de Educación Universitaria (SUNEDU) como el ente especializado para su ejecución a nivel nacional.

1.3.2. Educación Superior a Distancia

Lograr definir a esta no es una tarea sencilla ya que se encuentra en constante cambio y renovación, conforme las tecnologías, tendencias académicas que en el mundo se desarrollan, además del lugar y el momento en que suceden; sin embargo, una definición muy interesante la define como la “experiencia de aprendizaje planeada caracterizada por la separación entre el estudiante y el docente, cuya separación es compensada por el intercambio de información y comunicación a través de medios impresos y electrónicos” (Burns, 2011, citado por Chaves Torres, 2017, p. 26).

Este tipo de educación tiene muchas cualidades, sin embargo unas de las más importantes se relacionan con que esta se define como abierta y a distancia, siendo la primera porque presenta pocas o ninguna restricción para su acceso, ya que esta se encuentra disponible para cualquier persona que quisiera utilizarla, siendo voluntad del estudiante las materias en las que desee aprender y educarse; por otro lado, se considera a distancia ya que en esta se eliminan las barreras físicas del espacio, siendo estas reemplazadas por la tecnología y los diferentes medios de comunicación; es decir, no hay una interacción cara a cara entre el docente y sus estudiantes (Chaves Torres, 2017).

Por otra parte, este tipo de educación posee una serie de características que la hacen única respecto de la educación tradicional u otras antes de esta, de las cuales vale la pena mencionar las seleccionadas por Chaves Torres (2017) como las principales:

- **El enfoque se centra en el estudiante**, ya que este es finalmente el que posee el rol principal para su educación, donde el docente pasa de tener un rol directivo a uno orientador, y el estudiante de ser meramente el receptor del conocimiento a contribuir directamente en su construcción.
- **Los materiales educativos cobran mayor importancia**, ya que en ellos está contenido la información que el estudiante debe de analizar y construir, puesto que el aprendizaje no sucede principalmente por la instrucción del docente, sino principalmente por el uso adecuado de la información disponible por el estudiante.
- **La tecnología y sus recursos**, los cuales permiten un acceso más democrático a la información, el cual es además omnipresente y atemporal, siendo más importante la planificación que los actores realizan en función de las diferentes herramientas tecnológicas que existen.

- **La autonomía**, puesto que el estudiante es quien finalmente decide el ritmo, espacio, tiempo, estilo de aprendizaje, entre otras circunstancias alrededor del conocimiento, sus capacidades y competencias.
- **La autorregulación**, ya que el estudiante es quien maneja sus actividades, equilibrándolas de la mejor manera en función de su tiempo y posibilidades.
- **La distancia entre el estudiante y el docente**, ya que no se comparten directamente espacios físicos cercanos, sino se hace principalmente mediante espacios virtuales que pueden ser sincrónicas o asincrónicas.
- **Valor de la tutoría y el apoyo**, ya que combina ciertas características de la educación tradicional con el estilo autodidacta, puesto que el estudiante asume el rol principal de su formación, pero el docente funciona como un mediador y guía que busca motivarlo, apoyarlo con el fin de facilitar ese aprendizaje.
- **La importancia de la interacción**, puesto que este tipo de educación se nutre de la interacción entre los docentes y los estudiantes, ya que sin esta no es posible de funcionar adecuadamente.
- **La cobertura**, que no es más que la capacidad que tiene la educación de llegar a lugares que antes requerirían de muchos más recursos, ya que no hay una limitación espacio-temporal para su acceso, sino que más bien la tecnología permite su proliferación en sitios que antes no se podría haber imaginado por su dificultad geográfica u otra.

En ese sentido es importante resaltar el papel que tienen las tecnologías de la información y comunicación (TIC) en su desarrollo óptimo, ya que estas han tenido un rol disruptivo en múltiples áreas de la acción humana de donde la educación no se encuentra ajena, permitiendo el desarrollo de nuevas estrategias de aprendizaje y empleo de herramientas como el internet, la plataforma virtual, los espacios síncronos y asíncronos en la comunicación (Heedy y Uribe, 2008).

1.4. Rendimiento Académico

Estrada García (2018) lo define como “el resultado del aprendizaje producido por la interacción didáctica y pedagógica del docente y estudiante” (p. 224) y depende de las estrategias utilizadas para el logro de este aprendizaje en un tiempo específico, donde se

evalúa el logro de los objetivos mediante evaluaciones que pueden ser de naturaleza cuantitativa o cualitativa.

Santos Álvarez y Valledado (2012) integran al rendimiento académico por tres aspectos: el primero llamado “rendimiento conceptual” que se relaciona directamente con el conocimiento adquirido por el estudiante; el segundo o “rendimiento procedimental” que tiene que ver con la capacidad del estudiante para el abordaje de problemas relativos a la materia de estudio; y el tercero denominado “rendimiento actitudinal” que se constituye por los comportamientos donde el estudiante activamente participa de las actividades durante el curso.

Este se delimita por tres factores que se interrelacionan entre sí: (a) el social, constituido por el tejido de la sociedad en donde se da la educación en donde las organizaciones se encargan de generar un estado de igualdad entre todos los estudiantes dirigido por las políticas y normas sociales; (b) el educativo-institucional, que explica las diferentes aproximaciones metodológicas, organizacionales y estructurales de la educación impartida, de manera que se garantice un aprendizaje equivalente entre todos los estudiantes; y finalmente (c) el económico, que viene a ser todas las inversiones que se desarrollan para motivar la creación de un clima óptimo que equilibre lo requerido por la sociedad con la limitación de recursos de los que se dispone (Rodríguez Espinar, 1981, citado en Grasso Imig, 2020).

Montes Gutiérrez y Lerner Matiz (2011) describen una serie de dimensiones que impactan de alguna manera en el rendimiento académico de los estudiantes, las cuales son descritas a continuación:

- a. **Dimensión Académica**, se relaciona todos los aspectos previos que han contribuido a la etapa del rendimiento de la persona, se incluye los conocimientos previos, rendimiento en las etapas anteriores, además de los hábitos referidos a la forma de aprender y estudiar como los logros que resaltaron en la etapa de educación básica y secundaria; también se incluye acá la forma como el estudiante se identifica y valora en cuanto de su aptitud académica, es decir, la autoestima que este tiene para determinar su aprendizaje.
- b. **Dimensión Económica**, aquí confluyen todos los aspectos de la economía de la persona que pueden facilitar, o dificultar sus actividades académicas; es decir, la

carencia o abundancia de recursos, vivienda, alimentación, entre otros, que pudiera influir en la forma como el estudiante aprende y se desempeña.

- c. **Dimensión Familiar**, determinado por las características del núcleo familiar, además de las expectativas y patrones de comportamiento, habilidades y sistemas que pueden haberse instaurado en la psicología del estudiante; también se incluyen factores como el nivel educativo de los padres y familia cercana y otros relativos.
- d. **Dimensión Personal**, en esta se detallan los aspectos internos del estudiante, es decir su personalidad, habilidades, estilos de pensamiento, metas y expectativas a futuro, experiencias previas, y otros que pudieran influir en los aspectos motivacionales y de desempeño que el estudiante experimentará durante el proceso de aprendizaje.
- e. **Dimensión Institucional**, caracterizado por la institución donde el estudiante realiza su formación, además aquí se considera también las políticas, estilos y calificación de los docentes, además de los métodos aplicados para la enseñanza, cultura de la organización y decisiones tomadas por estas instituciones para la promoción de sus estudiantes.

1.4.1. Evaluación del Rendimiento en la Educación Superior

El Servei de Formació Permanent (2007) de la Universidad de Valencia define a la evaluación como un proceso por el cual se juzga el grado de aprendizaje de los estudiantes y se constituye por un proceso donde: (1) se recupera y almacena información sobre las evidencias de aprendizaje del estudiante, (2) la información es comparada siguiendo un criterio establecido de calidad y (3) se emite un juicio valorativo que permite establecer el mérito del estudiante; sin embargo, en el mundo actual el enfoque de la evaluación de los estudiantes ha virado desde una perspectiva donde se califica el conocimiento a otra donde el mismo proceso de evaluación constituye una parte vital del proceso de enseñanza.

Este mismo ente clasifica dos enfoques primordiales en cuanto del aprendizaje para el estudiante de educación superior:

- Aprendizaje superficial, se relaciona con aquel proveniente de motivaciones extrínsecas, es decir, son imposiciones para lograr un objetivo específico como puede ser el aprobar la clase; este tipo de aprendizaje implica en el estudiante el uso del mínimo esfuerzo necesario en donde se enfoca en el aprendizaje de hechos aislados pero no la comprensión profunda de la información.

- Aprendizaje profundo, relacionado a cierta motivación intrínseca, donde el estudiante tiene un interés más profundo en comprender la información estudiada enfocándose en la aplicación y construcción de conocimiento propio.

Es así que para una correcta evaluación del aprendizaje en educación superior se pone en manifiesto la meta fundamental de este aprendizaje, ante ello Sadler (citado en Alba Ruiz y Schumacher, 2008) establece que estas metas se circunscriben no como la acumulación de conocimientos, calificaciones o créditos propuestos por las materias en la universidad, sino por la búsqueda de maestría en el manejo de una materia, la cual se relaciona con el desarrollo de habilidades y competencias superiores (a nivel cognitivo, tales como el pensamiento crítico y analítico) para la gestión de teorías, ideas y sucesos.

1.5. Pandemia del COVID-19

La Organización Mundial de la Salud informó por primera vez de un brote infeccioso durante los primeros tres meses del 2020, el cual ocasionó que los países a nivel mundial, en recomendación de las diferentes instituciones internacionales de la salud, implementen medidas que permitan proteger la salud, la integridad y la vida de las personas frente a esta nueva amenaza (Organización Internacional del Trabajo [OIT], 2020).

La pandemia es originada por el virus del SARS-CoV-2, y ha causado estragos en todo el mundo especialmente en lo relacionado a la economía, sociedad y salud en general; este virus posee la principal característica de tener un alto índice de contagio, siendo especialmente grave para las personas de edad y comorbilidades al comprometer las vías respiratorias, en su fase inicial, causando la muerte posterior al extenderse en otros sistemas orgánicos del cuerpo (Maguiña Vargas et al., 2020).

Este peligro latente ha hecho que los diferentes gobiernos se encuentren en una decisión complicada, ya que se ven forzados a tomar medidas que puedan salvaguardar la salud y evitar el contagio, como la cuarentena y distanciamiento social, además de considerar los aspectos sociales y económicos de manera que se pueda mitigar su impacto (Díaz-Castrillón y Toro-Montoya, 2020). En el Perú se han publicado una serie de decretos con este fin, en donde se indican una serie de medidas aplicables en todo el territorio donde se prioriza el fortalecimiento de las redes de apoyo para las poblaciones más vulnerables al virus, además de fortalecer la capacidad de respuesta del sector salud y la promoción de

nuevas formas de trabajo que protejan la economía nacional (Decreto de Urgencia N° 026-2020, 2020).

1.6. Confinamiento Social

Grassian (2006) resalta que el confinamiento social, en periodos extensos es especialmente tóxico para el funcionamiento mental del ser humano, llegando a ocasionar discapacidades perceptuales y cognitivas, además de perturbaciones a nivel afectivo, siendo determinante en la aparición de problemas psicológicos, llegando a transformarse en sus estados más severos en trastornos psíquicos como psicosis y delirios, trastornos de la personalidad, agresividad, poco control de impulsos y enfermedades psiquiátricas.

En ese sentido, los periodos extensos de cuarentena como el vivido por la COVID-19, representan una experiencia distinta para cada tipo de persona, puesto que las circunstancias no son las mismas para todos, llegando a suponer una serie de problemas que pueden desencadenar con el tiempo situaciones de estrés crónico, y otros problemas emocionales como depresión y disfunción social (Linconao, 2020, citado por Gonzales Neyra, 2020).

2. Análisis de Antecedentes Investigativos

2.1. Antecedentes Internacionales

Piemontesi et al. (2012) estudiaron como se **relaciona la ansiedad frente a los exámenes con los estilos de afrontamiento al estrés académico** en una muestra de 816 estudiantes universitarios de la Universidad Nacional de Córdoba en Argentina, el estudio fue cuantitativo, descriptivo y relacional. En sus hallazgos reportan que la ansiedad afecta negativamente el desempeño de los estudiantes al reducir su capacidad de procesamiento de información al interferir directamente con la autoconfianza para superar las evaluaciones académicas, en donde la preocupación parece tener una influencia tanto negativa como positiva para algunos estilos de afrontamiento, promoviendo la preparación previa frente a los exámenes, pero también generando un sentimiento de culpa en los mismos.

González Cabanach et al. (2018) se plantearon el **análisis de las respuestas psicofisiológicas al estrés en función de los perfiles del afrontamiento** de este mediante un estudio cuantitativo relacional en 1195 estudiantes universitarios de España de las áreas

académicas de ciencias sociales, técnicas e ingenierías y ciencias de la salud. Sus hallazgos indican que las estrategias activas de afrontamiento son las más eficaces para manejar el estrés académico, ya que estas se asocian a una menor manifestación psicofisiológica del estrés facultando a los estudiantes a tener mayor éxito en su manejo, además de un equilibrio físico y mental que le permite un mejor desempeño académico.

Chacón Zenteno (2018) desarrolló una investigación con el propósito de determinar como el estrés académico se manifiesta e influye en el desempeño de los estudiantes de educación superior; realizando el estudio en 94 estudiantes de educación superior de la carrera de medicina en México por medio de un estudio cuantitativo y relacional; halló que todos los estudiantes tienen síntomas de estrés académico expresados por medio de síntomas físicos; sobre las fuentes del estrés, se halló que la principal corresponde a la proveniente de las evaluaciones de los docentes, siendo los factores añadidos como el sexo, el grado académico y los estímulos del medio ambiente los que determinan una mayor relevancia al momento de determinar el rendimiento académico.

2.2. Antecedentes Nacionales

Cachique Macedo y Zegarra Alvarado (2021) se plantearon analizar **cuáles son los factores estresantes y que estrategias de afrontamiento aplican los estudiantes** de enfermería mediante un estudio de enfoque cuantitativo, descriptivo y correlacional en 191 estudiantes de la universidad Nacional de San Martín, hallando que la falta de competencias, los sentimientos de impotencia e incertidumbre, la relación con los docentes y sus compañeros, y la sobrecarga académica representan los principales estresores; por otro lado, las estrategias más utilizadas por los estudiantes son el afrontamiento afectivo, la aceptación y la planificación positiva junto con el apoyo social son más relevantes.

Torrejón Rabanal y Pariatanta Mendoza (2021) se plantearon investigar **como el estrés se relaciona con el rendimiento académico de estudiantes** de estomatología por medio de una investigación cuantitativa, descriptiva y transversal, en una muestra de 399 estudiantes de la Universidad Señor de Sipán. Sus principales conclusiones denotan que existe una relación entre ambas variables, la cual es positiva y de intensidad leve, además hallaron que los síntomas más presentes en los estudiantes son la fatiga, la ansiedad y los conflictos con el entorno; por otro lado, la principal estrategia de afrontamiento es la elaboración de planes de acción.

Taipe Flores y Guzmán Soto (2020) en su tesis se plantearon el análisis de la **influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios en situación de pandemia por el COVID-19**, para ello desarrollaron una investigación de enfoque cuantitativo, descriptivo y correlacional en 34 estudiantes de la carrera de ingeniería agroindustrial de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco; sus hallazgos indican que hay una relación entre las variables establecidas, en donde a mayor cantidad de estrés el rendimiento académico de los estudiantes disminuye, siendo los principales causantes de este estrés la sobrecarga académica y los procesos de evaluación y examen; en cuanto de la principal estrategia de afrontamiento de los estudiantes al estrés se menciona a la búsqueda de más información en fuentes de internet.

2.3. Antecedentes Locales

Gonzales Neyra (2020) analizó los **niveles de depresión, ansiedad y estrés de estudiantes que se encontraban en situación de confinamiento social producto del COVID-19**, mediante una investigación de enfoque cuantitativo, transversal a una población de 300 estudiantes universitarios de diferentes carreras de la Universidad Católica de Santa María de Arequipa, en sus hallazgos determinó que los estudiantes en su gran mayoría experimentaban depresión, ansiedad y estrés, habiendo casos no menores de síntomas severos y muy severos.

Flores Beltrán (2019) analizó el **nivel de estrés de estudiantes universitarios**, por una investigación de enfoque cuantitativo, descriptiva en una población de 595 estudiantes universitarios de la Universidad Católica de Santa María en Arequipa, entre los 17 a 21 años de edad. Determinó que el estrés se experimenta de igual manera entre todas los estudiantes sin diferencia de la carrera profesional que pertenecen, siendo las mujeres las que son más susceptibles a experimentarlo; por otra parte, los principales estresores hallados son los periodos de exámenes y las tareas o actividades que puedan darse de forma exagerada.

Chávez Carreón y Amado Peralta (2017) analizan las **estrategias de afrontamiento al estrés de estudiantes universitarios, comparando estos según el tipo de trabajo que realizan**; el estudio lo enfocan desde una perspectiva cuantitativa, descriptiva y correlacional; la muestra analizada corresponde a 361 estudiantes de diferentes carreras de la Universidad Católica de Santa María en Arequipa. Sus hallazgos determinaron que los estudiantes suelen enfrentar el estrés focalizándose en el problema,

especialmente los de sexo masculino, mientras que las de sexo femenino se enfocan en el manejo de la emoción; esta situación se repite en aquellos estudiantes que trabajan quienes prefieren enfocarse en el análisis del problema como estrategia de afrontamiento al estrés, respecto de aquellos que no laboran, quienes se enfocan en la emoción que experimentan.



CAPITULO II: METODOLOGÍA

1. Técnicas e Instrumentos

1.1. Técnicas

Para la variable “Estilos de Afrontamiento al Estrés” se utilizará la encuesta.

Para la variable “Rendimiento académico” se utilizará la revisión bibliográfica.

1.2. Instrumentos

Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (CAE)

Desarrollado y publicado por los psicólogos Bonifacio Sandin y Paloma Chorot el 2003, el cual tenía como base el cuestionario de “Escala de Estrategias de Coping”, el cual consistía de 90 ítems que evaluaban 9 dimensiones y fue publicado originalmente en 1987 por los mismos autores. En este cuestionario fue validado en una población española de 592 estudiantes de la Universidad Complutense de Madrid y la Universidad Pública de Navarra (392 de sexo femenino y 200 de sexo masculino) entre los 19 y 28 años de edad (Sandin y Chorot, 2003).

El instrumento consiste de 42 ítems distribuidos en 7 dimensiones: (1) Búsqueda de apoyo social, (2) Expresión emocional abierta, (3) Religión, (4) focalizado en la solución del problema, (5) evitación, (6) auto-focalización negativa y (7) re-evaluación positiva, los cuales utilizan una escala de Likert de 5 niveles que van desde “nunca” hasta “casi siempre”. Respecto de su análisis de fiabilidad, el instrumento original fue validado mediante el alfa de Cronbach, los factores oscilaron entre ,64 hasta ,92 por lo que posee una buena confiabilidad general.

Los factores del instrumento se dividen de la siguiente forma:

- | | |
|--|--------------------------------|
| • Búsqueda de Apoyo Social (BAS) | Ítems: 6,13,20, 27,34, y 41 |
| • Expresión Emocional Abierta (EEA) | Ítems: 4, 11, 18, 25, 32, y 39 |
| • Religión (RLG) | Ítems: 7, 14, 21, 28, 35, y 42 |
| • Focalizado en la Solución del Problema (FSP) | Ítems: 1, 8, 15, 22, 29, y 36 |
| • Evitación (EVT) | Ítems: 5, 12, 19, 26, 33, y 40 |
| • Auto-focalización Negativa (AFN) | Ítems: 2, 9, 16, 23, 30, y 37 |

- Reevaluación Positiva (REP)

Ítems: 3, 10, 17, 24, 31, y 38

Ficha de Revisión Bibliográfica para el Rendimiento Académico

Para la variable “Rendimiento académico” se utilizó una ficha de revisión bibliográfica para recabar la información relacionada a las calificaciones de los estudiantes durante el periodo de estudio; esta fue elaborada por la investigadora y consideró los siguientes elementos:

- Notas obtenidas en las materias durante el 2020.
- Promedio general de calificaciones durante el 2020.
- Notas obtenidas en las materias durante el 2021.
- Promedio general de calificaciones durante el 2021.

Ficha Sociodemográfica

Se hizo uso de una ficha descriptiva individual elaborada por la investigadora para obtener información relacionada con las características sociodemográficas de la muestra analizada con los siguientes factores:

- Edad.
- Sexo.
- Estado Civil.
- Contagio personal del COVID-19 durante el 2020 y 2021.
- Contagio cercano del COVID-19 durante el 2020 y 2021.
- Estrés percibido durante el 2020 en las áreas:
 - Familiar.
 - Económico.
 - Personal.
 - Académico.
 - Laboral.
 - Amical / de pareja.
- Estrés percibido durante el 2021
 - Familiar.
 - Económico.
 - Personal.

- Académico.
- Laboral.
- Amical / de pareja.

1.2.1. Validez y Confiabilidad de los Instrumentos

Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (CAE)

En Latinoamérica, el instrumento ha sido validado en una población de estudiantes mexicanos por Gonzales y Landero (2007), confirmando así los factores del instrumento original obteniendo en la confiabilidad coeficientes entre ,64 y ,87 para el alfa de Cronbach. En el Perú, Montoya Pacheco (2020) realizó una validación en una población de profesionales del sector salud en la ciudad de Lima, obteniendo un alfa de Cronbach de ,875 global para todo el instrumento, y entre ,653 a ,713 para sus dimensiones; por otro lado, La Torre Mendoza (2021), realizó un análisis de expertos y alfa de Cronbach del instrumento obteniendo un valor de ,923 con lo cual se establecen las propiedades psicométricas adecuadas para su aplicación.

Para su análisis en una población arequipeña se seleccionaron los siguientes Baremos (Vargas Mejía, 2019):

Factor	No Predomina	Predomina
Búsqueda de Apoyo Social	0 – 12,87	12,87 - 24
Expresión Emocional Abierta	0 – 6,14	6,14 – 24
Religión	0 – 5,76	5,76 – 24
Focalizado en la Solución del Problema	0 – 13,58	13,58 – 24
Evitación	0 – 9,16	9,16 – 24
Auto-focalización Negativa	0 – 6,22	6,22 – 24
Reevaluación Positiva	0 – 13,90	13,90 - 24

1.3. Operacionalización de Variables

	Estado Civil	- Soltero. - Conviviente. - Casado. - Divorciado. - Viudo.	
	Edad	- Años de edad.	
	Sexo	- Masculino - Femenino	
	Caracterización de la Población de Estudio	- Durante el 2020 y 2021 ¿Te has contagiado de COVID-19? - Durante el 2020 y 2021 ¿Algún familiar cercano se ha contagiado de COVID-19?	
	Estresores	Durante el 2020 y 2021: ¿Cuán estresado te has sentido por los problemas, en las siguientes áreas?: - Problemas familiares. - Problemas económicos. - Problemas personales. - Problemas académicos. - Problemas laborales. - Problemas con los amigos/pareja.	
Variables	Indicador	Ítems	Niveles
Estilos de Afrontamiento al Estrés	Búsqueda de Apoyo Social	6,13,20, 27,34, y 41	- No Predomina - Predomina
	Expresión Emocional Abierta	4, 11, 18, 25, 32, y 39	- No Predomina - Predomina
	Religión	7, 14, 21, 28, 35, y 42	- No Predomina - Predomina
	Focalizado en la Solución del Problema	1, 8, 15, 22, 29, y 36	- No Predomina - Predomina
	Evitación	5, 12, 19, 26, 33, y 40	- No Predomina - Predomina
	Autofocalización Negativa	2, 9, 16, 23, 30, y 37	- No Predomina - Predomina
	Reevaluación Positiva	3, 10, 17, 24, 31, y 38	- No Predomina - Predomina
Rendimiento Académico	Promedio final durante el 2020	Nota: 0 - 20	
	Promedio final durante el 2021	Nota: 0 - 20	

2. Campos de Verificación

2.1. Ubicación Espacial

La investigación se realizó en una Universidad Pública ubicada en el departamento de Puno en el país de Perú.

2.2. Ubicación Temporal

La investigación se desarrolló en los meses de abril, mayo, junio y julio del 2022 para el levantamiento de información; siendo procesada durante los meses de agosto, setiembre y octubre del 2022.

2.3. Unidades de Estudio

Constituido por estudiantes de pregrado de la carrera de Biología, matriculados en la Universidad. Para el muestreo se invitaron a todos los estudiantes de la carrera, obteniéndose finalmente una muestra de 78 estudiantes que aceptaron participar de la investigación, además de que cumplieron con los siguientes criterios de inclusión y exclusión:

a. Criterios de Inclusión

- Estudiantes matriculados en ambos periodos (2020 y 2021).
- Estudiantes que aceptaron participar voluntariamente de la investigación.
- Estudiantes de la carrera de Biología de la universidad seleccionada.
- Estudiantes mayores de 18 años.

b. Criterios de Exclusión

- Estudiantes con algún tipo de dificultad sensorial o discapacidad.
- Estudiantes que rechazaron participar voluntariamente del estudio.
- Estudiantes que solo se matricularon en un periodo (2020 o 2021).

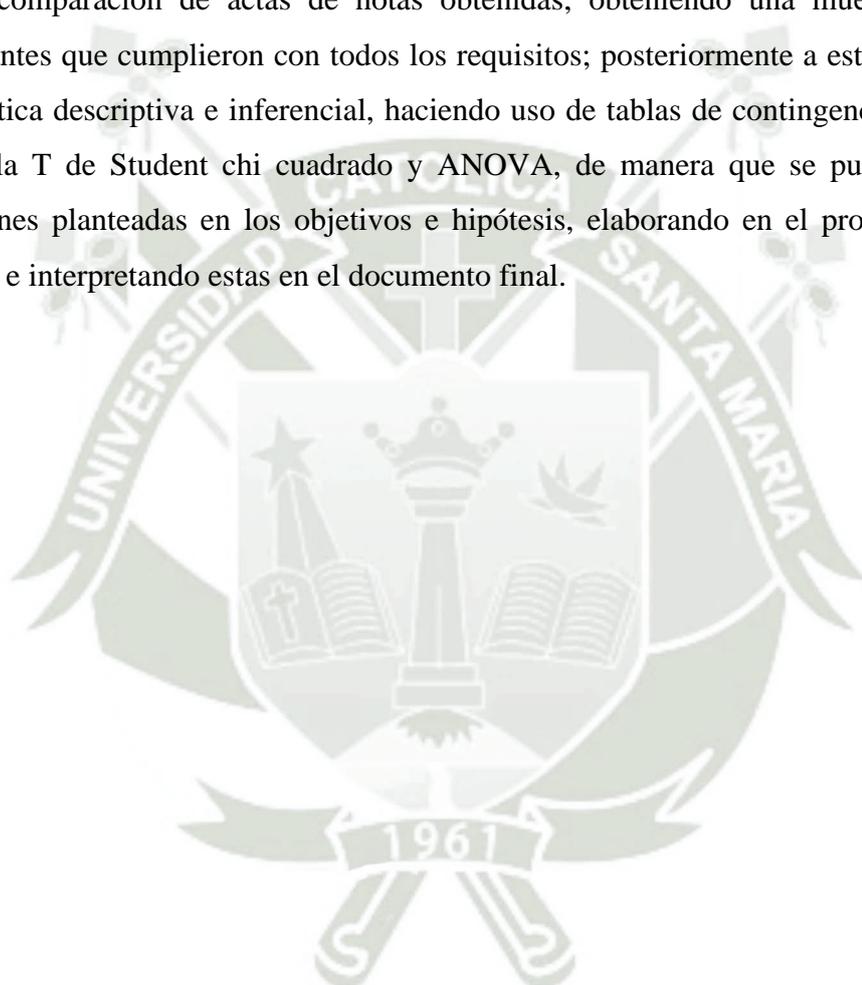
3. Estrategia de Recolección de Datos

Se dio inicio a la investigación gestionando los permisos correspondientes en las instituciones implicadas, posteriormente se hizo un acercamiento a los estudiantes explicando los motivos de la investigación y solicitando su participación voluntaria de ella.

Con aquellos estudiantes que aceptaron su participación, se les presentó el consentimiento informado, previo al llenado de los formularios para su firma; una vez

aceptado este, se dio acceso a los cuestionarios que llenaron de forma manual, obteniéndose una muestra de 99 personas; seguidamente se compararon las actas de notas obtenidas por estos estudiantes durante los años 2020 y 2021.

Finalizado esto, la información se procesó y tabuló para su utilización mediante el software estadístico “Statistical Package for the Social Sciences” SPSS V.25, eliminándose todos las observaciones que tenían omisiones en cuanto del llenado del instrumento como de la comparación de actas de notas obtenidas, obteniendo una muestra final de 78 estudiantes que cumplieron con todos los requisitos; posteriormente a esto se desarrolló la estadística descriptiva e inferencial, haciendo uso de tablas de contingencia y coeficientes como la T de Student chi cuadrado y ANOVA, de manera que se pudo establecer las relaciones planteadas en los objetivos e hipótesis, elaborando en el proceso las tablas y figuras e interpretando estas en el documento final.



CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

1. Resultados

1.1. Estilos de Afrontamiento al Estrés en Estudiantes Universitarios bajo la Modalidad a Distancia, Durante la Pandemia por al COVID-19.

Tabla 1

Estilo de Afrontamiento Predominante en los Estudiantes

Estilo de Afrontamiento	N ¹	%
Búsqueda de Apoyo Social	23	7,72
Expresión Emocional Abierta	42	14,09
Religión	43	14,43
Focalizado en la Solución del Problema	34	11,41
Evitación	57	19,13
Autofocalización Negativa	60	20,13
Reevaluación Positiva	39	13,09
Total	298	100,0

Nota. Los estilos no son excluyentes, por lo que hay estudiantes en donde predominan más de un estilo.

¹La muestra está constituida por 78 estudiantes.

Los estilos de afrontamiento al estrés presentes con mayor frecuencia entre los estudiantes son la “Autofocalización Negativa”, el “Evitativo”, la “Religión” y la “Expresión Emocional Abierta”; mientras que los estilos menos frecuentes entre los estudiantes corresponden a la “Reevaluación Positiva, la “Focalización en la Solución del Problema” y la “Búsqueda de Apoyo Social”.

Lo cual es un indicador de que la mayoría de estudiantes universitarios, al momento de enfrentar situaciones de estrés suelen hacerlo manifestando una negatividad frente a los problemas, ignorarlos activamente, buscar alguna guía o consuelo espiritual o ventilarlos agresivamente en su entorno social; todos estos con una connotación negativa frente a la solución del problema; por otra parte, es menor la proporción de estudiantes que tienen estrategias más adaptativas como la solución del problema mediante el análisis de sus aspectos positivos y negativos, la búsqueda de las causas de este para poder generar su solución y el apoyo social como un medio para superar el problema.

Tabla 2

Estilo de Afrontamiento Predominante Según el Sexo

Estilo de Afrontamiento al Estrés	Mujer		Hombre	
	N	%	N	%
Búsqueda de Apoyo Social	11	7,05	27	19,00
Expresión Emocional Abierta	30	19,23	18	12,68
Religión	30	19,23	18	12,68
Focalizado en la Solución del Problema	16	10,26	19	13,38
Evitación	23	14,74	12	8,45
Autofocalización Negativa	21	13,46	30	21,13
Reevaluación Positiva	25	16,03	18	12,68
Total	156	100,00	142	100,00

Considerando el sexo del estudiantes, las del sexo femenino presentan un mayor porcentaje en los estilos “Religión”, “Expresión Emocional Abierta”, “Reevaluación Positiva” y “Evitación”; mientras que en el caso de los estudiantes de sexo masculino, los estilos de “Autofocalización Negativa”, “Búsqueda de Apoyo Social” y “Focalizado en la Solución del Problema” son los más frecuentes.

De la comparación de estos resultados de acuerdo al sexo del estudiante, se puede observar que las mujeres en general priorizan el uso de estilos de afrontamiento relacionados a la emotividad y evitación, lo que significa que frente a situaciones de estrés son más afines con la expresión de sus sentimientos o la búsqueda de tranquilidad al ignorar activamente las causas de este estrés; mientras que en el caso de los estudiantes varones priman los estilos focalizados en la solución del problema, que quiere decir ante situaciones estresantes derivadas de dificultades, estos tienen un rol más activo para la búsqueda de una solución que pueda poner fin a esa circunstancia.

Tabla 3

Estilo de Afrontamiento Predominante Según la Edad

Estilo de Afrontamiento al Estrés	18 a 21 años		21 a 23 años		más de 23 años	
	N	%	N	%	N	%
Búsqueda de Apoyo Social	28	20,00	3	5,00	7	7,14
Expresión Emocional Abierta	21	15,00	9	15,00	11	11,22
Religión	18	12,86	14	23,33	13	13,27
Focalizado en la Solución del Problema	22	15,71	2	3,34	21	21,43
Evitación	17	12,14	13	21,67	15	15,31
Autofocalización Negativa	12	8,58	11	18,33	21	21,43
Reevaluación Positiva	22	15,71	8	13,33	10	10,20
Total	140	100,00	60	100,00	98	100,00

En el rango de estudiantes entre 18 a 21 años, destacan los estilos “Búsqueda de Apoyo Social”, “Focalizado en la Solución del Problema” y “Reevaluación Positiva” y la “Expresión Emocional Abierta”; por su parte, los estudiantes entre 21 a 23 años predominan en los estilos “Religión” y “Evitación”; mientras que en el rango de 23 años a más, destacan la “Focalizado en la Solución del Problema” y “Autofocalización Negativa”.

De lo anterior se puede inferir que los estudiantes menores tienen un enfoque para afrontar las situaciones de estrés más orientado a la búsqueda activa de soluciones, como a la expresión de emotividad que este estrés ocasiona en su bienestar personal; por otra parte los estudiantes entre 21 a 23 años tienden a ignorar las causas de estos problemas buscando refugio en situaciones espirituales; finalmente los estudiantes mayores presentan una ambivalencia para afrontar estos problemas, por un lado, un grupo busca activamente las causas de estos para, de manera eficiente, poder solucionarlos en el pronto plazo; mientras que otro grupo simplemente se focaliza en los aspectos negativos del problema sin la búsqueda de una solución, lo cual genera un estado de emotividad negativa y pesimismo.

1.2. Rendimiento Académico en Estudiantes Universitarios bajo la Modalidad a Distancia, Durante la Pandemia por la COVID-19.

Sobre el promedio de notas que los estudiantes obtuvieron durante la pandemia del COVID-19 se tiene lo siguiente:

Tabla 4

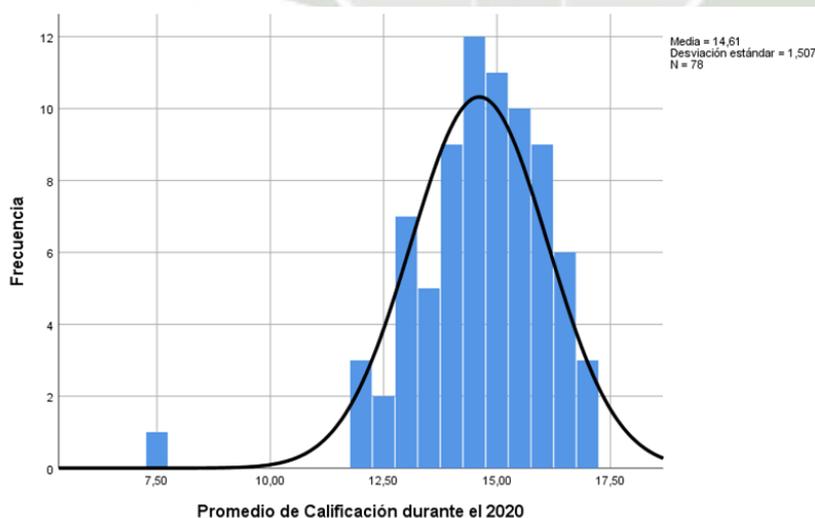
Estadísticos: Promedio de Calificación el 2020

N	Válido	Perdidos
	78	0
Media	14,6103	
Mediana	14,7000	
Desv. Desviación	1,50692	
Rango	9,50	
Mínimo	7,50	
Máximo	17,00	

Las notas obtenidas el 2020 por los 78 participantes se encuentran en el rango de 7,5 hasta 17, teniendo una media de 14,61, por lo que estas se encuentran principalmente en el rango medio, con una orientación hacia las calificaciones positivas.

Figura 1

Histograma de Notas Promedio Durante el 2020



Como se observa en la Figura 4, la mayoría de notas obtenidas por los estudiantes durante el 2020 se hallan en el rango de 12 hasta 17, presentando algunos casos aislados

con notas desaprobadas (7,5), por lo que la gran mayoría de estudiantes tienen notas aprobatorias.

De lo anterior se puede inferir que las calificaciones obtenidas por los estudiantes al momento del estudio son principalmente positivas, ya que la gran mayoría de estos han tenido notas aprobatorias, siendo mínimo el porcentaje que fueron desaprobados en este periodo; estos resultados resaltan la aparente mejora en el rendimiento obtenido de los estudiantes durante el periodo de la pandemia.

Tabla 5

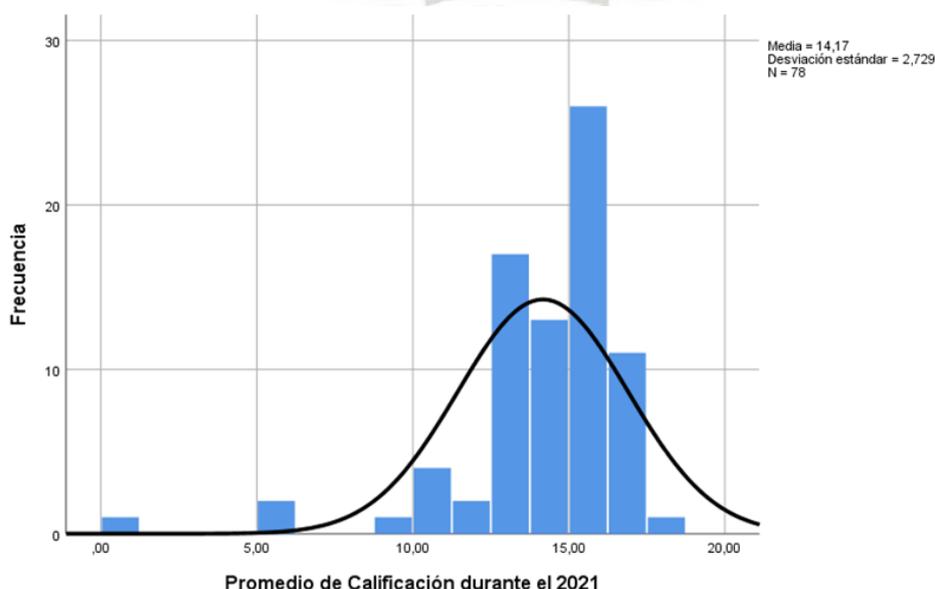
Estadísticos: Promedio de Calificación el 2021

N	Válido	Perdidos
	78	0
Media	14,1679	
Mediana	14,8150	
Desv. Desviación	2,72927	
Rango	17,20	
Mínimo	0,80	
Máximo	18,00	

El 2021, el rango de notas se amplió ya que la mínima obtenida es de 0,8, mientras que la máxima nota corresponde a 18, con un promedio general entre los estudiantes de 14,17.

Figura 2

Histograma de Notas Promedio Durante el 2021



El 2021, se incrementaron la cantidad de notas desaprobadas en función del año anterior (Figura 4), obteniendo además un promedio general inferior al reportado el año anterior.

Al igual que en el año 2020, el 2021 se caracterizó por una gran mayoría de notas positivas y aprobadas, esto a pesar de que hubo un ligero incremento de las calificaciones desaprobadas, el cual es pequeño al contrastar con las buenas calificaciones; esto es un indicador de que el rendimiento de los estudiantes, medido a través de sus calificaciones, aparentemente se ve favorecido por la virtualidad y la educación a distancia.



1.3. Principales Estresores en Estudiantes Universitarios Bajo la Modalidad a Distancia, Durante la Pandemia por la COVID-19.

Tabla 6

¿Tu, o algún familiar, se han contagiado del COVID-19?

Año	Tipo de Contagio	Si		No		Total	
		N	%	No	%	No	%
2020	Personal	16	20,51	62	79,49	78	100
	Familiar	33	56,90	45	43,10	78	100
2021	Personal	33	42,31	45	57,69	78	100
	Familiar	42	53,85	36	46,15	78	100

Sobre la presencia de contagios de COVID-19 durante el 2020 y 2021, se observa que a nivel personal este se incrementó entre los dos años, de un 20,51% el 2020 a un 42,31% el 2021; por otro lado, sobre el contagio de algún miembro de la familia, el porcentaje se ha mantenido casi estable entre los dos años, donde el 2020 el 56,9% de los encuestados indicaron el contagio de algún familiar, disminuyendo muy ligeramente el 2021 hasta un 53,85%, lo que indica que hubo mayores contagios a nivel personal en el segundo periodo de estudio.

Esta tendencia observada resalta que al comparar ambos años de estudio, el 2021 los estudiantes estuvieron más expuestos a la presencia del virus, lo cual podría ser causado por la progresiva incorporación de la sociedad a la normalidad previa al COVID, ya que en este año es donde se empezó a tener una mayor apertura de las actividades económicas, además de más flexibilidad para la interacción social, puesto que se redujo grandemente las medidas de seguridad del año anterior.

Tabla 7

¿Cuán estresado te has sentido durante el 2020?

Tipo de Problema	Nada Estresado		Poco Estresado		Muy Estresado		Totalmente Estresado		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
	Familiares	14	17,95	29	37,18	23	29,49	12	15,38	78
Económicos	9	11,54	23	29,49	30	38,46	16	20,51	78	100
Personales	7	8,97	37	47,44	22	28,21	12	15,38	78	100
Académicos	3	3,85	23	29,49	31	39,74	21	26,92	78	100
Laborales	17	21,79	28	35,9	23	29,49	10	12,82	78	100
Amicales/de pareja	33	42,3	29	37,18	8	10,26	8	10,26	78	100

La Tabla 7 nos muestra que la fuente de estrés menos significativa durante el 2020 ha sido la relacionada a los amigos y la pareja, donde predominan las valoraciones “nada estresado” (42,31%) y “poco estresado” (37,18%); le continúa el estrés laboral con 21,79% “nada estresado” y 35,90% “poco estresado”; el estrés familiar con 17,95% “nada estresado” y 37,18% “poco estresado” y el estrés personal con 8,97% “nada estresado” y 47,44% “poco estresado”; por otro lado, las fuentes de estrés más significativas durante el 2020 corresponden al estrés académico y económico en donde más de una cuarta parte de todos los encuestados manifestaron estar “totalmente estresados” con 26,92% y 20,51% y “muy estresados” con 39,74% y 38,46% respectivamente.

Lo anterior resalta que las fuentes de menor estrés percibidas por los estudiantes durante la pandemia corresponden a otras fuera del ámbito académico; es decir, para los estudiantes los aspectos relacionados con sus estudios fueron de mucha importancia durante la pandemia, además de lo relativo a su economía personal y familiar, lo cual queda manifestado por la mayor importancia al estrés académico y económico percibido durante este periodo de pandemia, lo cual puede ser causado a que la mayoría de estudiantes suelen dedicarse a tiempo completo a esta actividad, por lo que esta es su principal fuente de preocupaciones.

Tabla 8

¿Cuán estresado te has sentido durante el 2021?

Tipo de Problema	Nada Estresado		Poco Estresado		Muy Estresado		Totalmente Estresado		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Familiares	16	20,51	25	32,06	21	26,92	16	20,51	78	100
Económicos	8	10,26	27	34,62	26	33,33	17	21,79	78	100
Personales	9	11,54	38	48,72	20	25,64	11	14,1	78	100
Académicos	5	6,42	21	26,92	31	39,74	21	26,92	78	100
Laborales	18	23,08	24	30,77	26	33,33	10	12,82	78	100
Amicales/de pareja	39	50	27	34,62	7	8,97	5	6,41	78	100

La Tabla 8 resalta que el 2021, el estrés relacionado a los amigos y la pareja continúa siendo el de menor influencia en el estudiante con porcentajes de 50% para “nada estresado” y 34,62% para “poco estresado”, le sigue el estrés laboral y familiar con 23,08% y 20,51% “nada estresado” y 30,77% y 32,06% “poco estresado” respectivamente y el estrés personal donde predomina el “poco estresado” con 48,72% de todos los encuestados.

Al igual que el 2020, las principales fuentes de estrés el 2021 provienen del área académica y económica en donde la valoración “totalmente estresado” obtuvo una frecuencia de 26,92% y 21,79% respectivamente.

Sobre esto se halló la misma tendencia en ambos años para el estrés que experimentaron los estudiantes durante la pandemia por el COVID-19, lo cual es un indicador de que a pesar de los cambios en las condiciones sociales derivadas de la pandemia, el aspecto académico continúa siendo el de mayor relevancia para el bienestar de los estudiantes universitarios.



1.4. Relación de los Estilos de Afrontamiento al Estrés y el Rendimiento Académico en Estudiantes Universitarios bajo la Modalidad a Distancia, Durante la Pandemia por la COVID-19

Esta sección se divide en tres partes, la primera donde se relaciona el contagio del COVID-19 con el promedio de notas obtenidas utilizando el coeficiente de T de Student; la segunda, donde se establece una relación entre la fuente del estrés, la estrategia de afrontamiento y el promedio académico obtenido por los estudiantes mediante el coeficiente de correlación de Spearman; finalmente, se evalúan las diferencias entre la predominancia de cada estilo de afrontamiento con el promedio de notas obtenidos mediante la T de Student.

1.4.1. Relación del Contagio del COVID-19 con el Promedio de Calificaciones

Tabla 9

Contagio del COVID-19 y Promedio de Notas el 2020 y 2021

Contagio	<i>Contagio Personal</i>		<i>Contagio Familiar</i>	
	2020	2021	2020	2021
Sin Contagio	14,7226	14,3240	14,7689	14,1139
Contagiado	14,1750	13,9552	14,3939	14,2143

Sobre el promedio de calificaciones en función del contagio del COVID-19 a nivel familiar y personal se halló que los estudiantes que no se contagiaron durante el 2020 y 2021, presentaron también un promedio de notas más elevado al compararse con los estudiantes que si fueron contagiados, siendo esta diferencia en 0,55 puntos el 2020 y 0,37 puntos el 2021. Por otra parte, sobre el contagio de algún familiar cercano durante los años de estudio tenemos que, el 2020 los estudiantes que tuvieron presencia del virus en el ámbito familiar en promedio puntuaron menos que aquellos donde no hubo contagio alguno (diferencia de 0,38 puntos), situación que se invierte el 2021 donde los estudiantes cuyas familias sufrieron un contagio puntuaron mejor en su promedio final, aunque esta diferencia es casi imperceptible (diferencia de 0,1 puntos).

Lo anterior es un indicador aparente de que el contagio del COVID-19 si tuvo una influencia en el rendimiento académico de los estudiantes durante el periodo de pandemia, lo cual podría explicarse por las consecuencias físicas y familiares que esta enfermedad significa para los estudiantes, ya que consume recursos de si mismos para su recuperación, además de que aporta con preocupación frente al contagio de algún miembro de la familia.

Analizando si estas diferencias fueron significativas desde un criterio estadístico se presentan las siguientes tablas:

Tabla 10

Prueba de muestras independientes: Contagio Personal y Promedio de Notas el 2020

	Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
	F	Sig.	T	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
								Inferior	Superior
Se asumen varianzas iguales	0,537	0,466	1,302	76	0,197	0,54758	0,42066	-0,29024	1,38540
No se asumen varianzas iguales			0,991	18,089	0,335	0,54758	0,55241	-0,61257	1,70774

Sobre el contagio personal y el promedio de notas el 2020, observamos el p-valor obtenido en la prueba de Levene es de 0,466 ($> 0,05$) que nos indica las varianzas obtenidas son iguales, por lo que se procede al análisis de la significación en la misma fila.

El coeficiente p-valor obtenido para la prueba de igualdad de medias es de 0,197, el cual es mayor al coeficiente de contraste (0,05) que nos indica rechazar la hipótesis de que las medias obtenidas son diferentes entre sí, por lo que afirmamos que no existen diferencias estadísticamente significativas entre los estudiantes que tuvieron uno o más contagios de COVID-19 con aquellos que no durante el 2020.

Tabla 11

Prueba de muestras independientes: Contagio Familiar y Promedio de Notas el 2020

	Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
	F	Sig.	T	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
								Inferior	Superior
Se asumen varianzas iguales	1,219	0,273	1,087	76	0,280	0,37495	0,34496	-0,31209	1,06199
No se asumen varianzas iguales			1,028	53,437	0,309	0,37495	0,36470	-0,35640	1,10630

Sobre el contagio familiar y el promedio de calificaciones de los estudiantes, observamos la prueba de Levene que nos indica que las varianzas de los datos observados son iguales (p -valor = 0,273), por lo cual viendo la significación en la prueba de igualdad de medias (p -valor > 0,05) afirmamos que no existe diferencia significativa en las calificaciones obtenidas y la presencia de algún contagio en la familia el 2020.

Estos resultados nos dicen que, muy aparte del contagio del virus durante el periodo de estudio, este no ha significado una diferencia que pueda ser contrastada desde un criterio objetivo como lo es el estadístico, en ese sentido, la experiencia del rendimiento académico es la misma para los estudiantes que no tuvieron contagio, personal o familiar, respecto de aquellos que si tuvieron que pasar por esa situación.

Tabla 12

Prueba de muestras independientes: Contagio Personal y Promedio de Notas el 2021

	Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
	F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
								Inferior	Superior
Se asumen varianzas iguales	1,463	0,230	0,587	76	0,559	0,36885	0,62818	-0,88229	1,61998
No se asumen varianzas iguales			0,550	50,684	0,585	0,36885	0,67090	-0,97825	1,71594

El 2021, sobre el contagio personal y las calificaciones obtenidas en los estudiantes observamos primero el estadístico de Levene obtenido (0,230) que indica la varianza de los datos como igual entre ambos grupos. Posteriormente el coeficiente para la prueba de igualdad de medias (0,559) al ser superior al estadístico de prueba (0,05) nos da razón de que no existe diferencia entre los grupos que tuvieron un contagio y no respecto de las notas obtenidas el 2021.

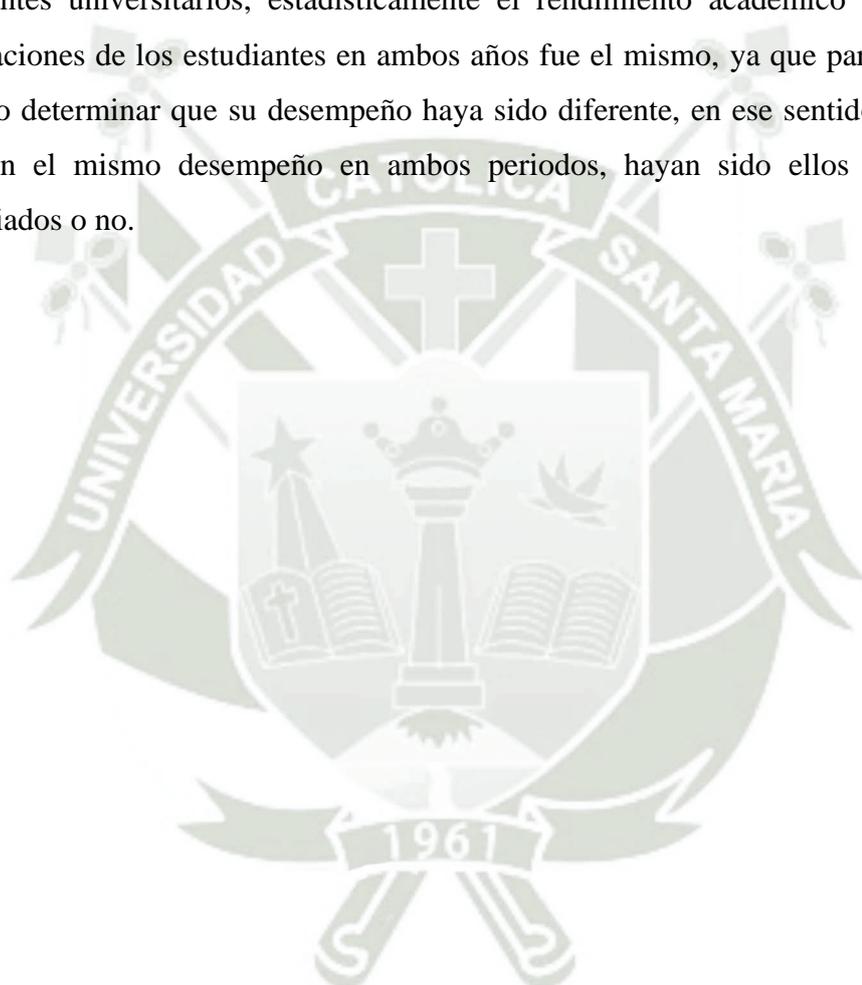
Tabla 13

Prueba de muestras independientes: Contagio Familiar y Promedio de Notas el 2021

	Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
	F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
								Inferior	Superior
Se asumen varianzas iguales	1,178	0,281	-0,161	76	0,873	-0,10040	0,62385	-1,34291	1,14211
No se asumen varianzas iguales			-0,165	73,018	0,869	-0,10040	0,60708	-1,31030	1,10950

Sobre el mismo análisis para el contagio familiar, el estadístico de Levene (p-valor = 0,281) dice de la igualdad de las varianzas en ambos grupos, por lo que observando la significación obtenida en el contraste de igualdad de medias (0,873), también nos indica que no existe diferencia estadísticamente significativa entre ambos grupos.

De lo anterior se puede inferir que a pesar de los cambios sociales y políticos sucedidos entre los años de estudios, además de la frecuencia de contagios entre los estudiantes universitarios, estadísticamente el rendimiento académico obtenido por las calificaciones de los estudiantes en ambos años fue el mismo, ya que para ambos años no se pudo determinar que su desempeño haya sido diferente, en ese sentido, los estudiantes tuvieron el mismo desempeño en ambos periodos, hayan sido ellos o sus familiares contagiados o no.



1.4.2. Relación de la Fuente del Estrés, el Estilo de Afrontamiento y el Promedio de Calificaciones

Se desarrolló la correlación entre las fuentes del estrés en los estudiantes, el estilo de afrontamiento que estos poseían y el promedio final de calificaciones obtenidas el 2020 y 2021 con los siguientes resultados:

Tabla 14

Matriz de Correlaciones (Spearman): Fuente del Estrés, Estilo de Afrontamiento y Promedio de Calificaciones

		BAS	EEA	RLG	FSP	EVT	AFN	REP	Promedio Notas
Estrés familiar	C.	-0,029	,313**	-0,145	-0,068	0,044	,420**	0,017	-0,049
	Sig.	0,801	0,005	0,205	0,554	0,700	0,000	0,885	0,671
	N	78	78	78	78	78	78	78	78
Estrés económico	C.	-0,027	0,194	0,010	0,016	,223*	0,221	0,058	-0,063
	Sig.	0,813	0,088	0,931	0,887	0,050	0,052	0,612	0,583
	N	78	78	78	78	78	78	78	78
Estrés personal	C.	-0,060	,383**	-0,219	-,264*	-0,014	,391**	-0,071	-0,029
	Sig.	0,604	0,001	0,054	0,020	0,904	0,000	0,534	0,803
	N	78	78	78	78	78	78	78	78
Estrés académico	C.	0,144	0,113	0,042	0,008	0,051	,272*	0,051	-,230*
	Sig.	0,209	0,325	0,714	0,943	0,658	0,016	0,656	0,042
	N	78	78	78	78	78	78	78	78
Estrés laboral	C.	0,065	0,209	0,041	-0,077	0,028	,296**	-0,056	-0,149
	Sig.	0,575	0,066	0,721	0,502	0,811	0,009	0,627	0,193
	N	78	78	78	78	78	78	78	78
Estrés amical / pareja	C.	0,071	,318**	0,024	-,223*	0,075	0,204	-0,058	0,043
	Sig.	0,538	0,005	0,835	0,050	0,512	0,073	0,612	0,710
	N	78	78	78	78	78	78	78	78

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Se halló que el estrés percibido por situaciones relacionadas al entorno familiar se relaciona significativamente con los estilos de afrontamiento EEA y con el estilo AFN, en ambos casos con una intensidad moderada y de forma directa, lo que podría interpretarse que los estudiantes que optan como una forma de lidiar con el estrés la expresión agresiva con las personas de su entorno (EEA), y aquellas que afrontan el estrés de una forma

pesimista y hasta fatalista (AFN), también perciben un aparente incremento del estrés que experimentan dentro de su esfera familiar.

Sobre el estrés relacionado a situaciones económicas, se halló una correlación directa con la estrategia de evitación de magnitud leve, lo cual quiere decir que los estudiantes que durante el COVID-19 presentaron dificultades económicas que derivaron en situaciones de estrés, optaron por tratar de reducir esta experiencia enfocando su atención en otras actividades o pensamientos.

En cuanto del estrés relacionado a situaciones de su vida personal, se halló correlación entre este y los estilos de afrontamiento EEA, AFN de forma directa con intensidad moderada, y el estilo de afrontamiento FSP de forma indirecta y de intensidad leve; lo cual es indicador que aquellos estudiantes que tomaban un rol activo para la solución de las situaciones que le generaban estrés percibían estas acciones como positivas, lo cual podría disminuir su experiencia del estrés frente a situaciones de índole personal.

Sobre el estrés relacionado a situaciones académicas, se halló correlación directa y de intensidad leve con el estilo de AFN; esto quiere decir que los estudiantes que presentaron dificultades académicas que derivaron en situaciones de estrés, experimentaban esta situación en mayor magnitud cuando adoptaban una actitud de indefensión y desesperanza frente a estas dificultades; además, el estrés académico es la única fuente de estrés que se halló correlacionada con el rendimiento académico, la cual es de orden indirecto y de magnitud leve; esto podría significar que los estudiantes que percibían mayores grados de estrés académico, también suelen tener un promedio de notas menores.

Sobre el estrés relativo a situaciones laborales, se halló correlación con la AFN de forma directa y magnitud leve, lo cual nos dice que en los estudiantes que presentaron problemas laborales, y que además se enfocaban en los aspectos negativos de estos problemas, solían tener una experiencia del estrés más intensa.

Finalmente, en el estrés relativo de situaciones sociales como los amigos y la pareja, las correlaciones halladas se encuentran de magnitud moderada y directa con la EEA y leve e indirecta con la FSP, lo que nos indica que los estudiantes que ventilan sus problemas de forma violenta directamente con su pareja suelen experimentar mayores

niveles de estrés, por otra parte, aquellos estudiantes donde tienen una orientación activa a la solución de problemas suelen experimentar menos niveles de estrés amoroso.

1.4.3. Predominancia del Estilo de Afrontamiento y el Promedio de Calificaciones

Acerca de los estilos de afrontamiento al estrés predominantes en los estudiantes, y su relación con el promedio de calificaciones que estos obtuvieron durante la pandemia de COVID-19 se halló lo siguiente:

Tabla 15

Promedio de Calificaciones Según el Estilo de Afrontamiento

Estilo de Afrontamiento al Estrés	Media de Calificaciones	
	Predomina	No Predomina
Búsqueda de Apoyo Social	14,57	13,96
Expresión Emocional Abierta	14,58	14,22
Religión	14,39	14,39
Focalizado en la Solución del Problema	14,53	14,20
Evitación	14,59	14,32
Autofocalización Negativa	14,71	14,29
Reevaluación Positiva	14,40	14,38

Como se observa en la Tabla 15, se percibe una diferencia entre la predominancia de casi todos los estilos de afrontamiento al estrés en relación con el promedio de notas, siendo el estilo de afrontamiento al estrés donde se halló una mayor diferencia sobre el promedio de calificación final para ambos años de estudio a BAP, el cual tiene una diferencia de 0,61 puntos entre aquellos estudiantes en donde predominó con los que no; y el estilo de afrontamiento que no presentó diferencias al relacionado con la RLG lo que aparentemente significa que aquellos estudiantes con estilos de afrontamientos activos frente al problema suelen desempeñarse mejor que los estudiantes donde predomina la expresión emocional del estrés.

A continuación se hace el análisis de T de Student para determinar si esta diferencia es estadísticamente significativa entre la predominancia de los diferentes estilos:

Tabla 16

Prueba de muestras independientes: Búsqueda de Apoyo Social y Promedio General

	Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
	F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
								Inferior	Superior
Se asumen varianzas iguales	0,019	0,890	1,266	76	0,209	0,614	0,485	-0,352	1,580
No se asumen varianzas iguales			1,219	38,132	0,230	0,614	0,504	-0,406	1,634

Sobre el estilo de BAP, la prueba de igualdad de varianzas nos indica que las varianzas obtenidas de las observaciones son homogéneas (0,89); posteriormente, observando la significación para la prueba de igualdad de medias se obtuvo un p-valor superior al estadístico de prueba ($p\text{-valor} > 0,05$) por lo que se acepta la hipótesis de que las diferencias no son estadísticamente significativas entre aquellos estudiantes donde predominó este estilo.

Tabla 17

Prueba de muestras independientes: Expresión Emocional Abierta y Promedio General

	Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
	F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
								Inferior	Superior
Se asumen varianzas iguales	3,772	0,056	0,801	76	0,426	0,358	0,447	-0,532	1,247
No se asumen varianzas iguales			0,835	65,706	0,407	0,358	0,428	-0,498	1,213

Sobre la EEA se halló que las varianzas para los grupos analizados son homogéneas (p-valor = 0,056), por lo que el estadístico obtenido para la prueba de igualdad de medias (p-valor = 0,426) nos indica que las medias obtenidas son estadísticamente iguales, es decir las personas que utilizan la EEA para afrontar el estrés puntúan igual que aquellos que no.

Tabla 18

Prueba de muestras independientes: Religión y Promedio General

	Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
	F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
								Inferior	Superior
Se asumen varianzas iguales	0,005	0,941	-0,011	76	0,991	-0,005	0,449	-0,900	0,890
No se asumen varianzas iguales			-0,011	75,934	0,991	-0,005	0,441	-0,884	0,874

Sobre el estilo de afrontamiento RLG, se halló que las varianzas obtenidas son iguales (p-valor = 0,941), por lo que observando la significación obtenida para la igualdad de medias (0,991) podemos afirmar que no existe una diferencia estadísticamente significativa entre los grupos analizados.

Tabla 19

Prueba de muestras independientes: Focalizado en la Solución del Problema y Promedio General

	Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
	F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
								Inferior	Superior
Se asumen varianzas iguales	0,452	0,504	0,734	76	0,465	0,330	0,449	-0,565	1,224
No se asumen varianzas iguales			0,743	74,018	0,460	0,330	0,444	-0,554	1,214

Para el estilo de FSP, la prueba de Levene nos indica que las varianzas de las observaciones son homogéneas ($p\text{-valor} = 0,504$), de manera que analizando la significación hallada en para la prueba de T de Student ($p\text{-valor} > 0,05$) indica que no existe diferencia estadísticamente significativa entre ambos grupos.

Tabla 20

Prueba de muestras independientes: Evitación y Promedio General

	Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
	F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
								Inferior	Superior
Se asumen varianzas iguales	0,579	0,449	0,541	76	0,590	0,272	0,503	-0,730	1,274
No se asumen varianzas iguales			0,589	42,644	0,559	0,272	0,462	-0,660	1,204

Para el estilo de EVT, las observaciones halladas presentan una varianza homogénea (0,449), siendo la diferencia observada entre los grupos no significativa (p -valor = 0,590) por lo que se afirma que los promedios son estadísticamente iguales.

Tabla 21

Prueba de muestras independientes: Autofocalización Negativa y Promedio General

	Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
	F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
								Inferior	Superior
Se asumen varianzas iguales	0,375	0,542	0,798	76	0,428	0,421	0,528	-0,631	1,474
No se asumen varianzas iguales			0,955	39,128	0,345	0,421	0,441	-0,471	1,314

En la AFN, se halló que las varianzas son iguales (p -valor = 0,542), además que la diferencia entre estas medias no es estadísticamente significativa (p -valor = 0,798)

Tabla 22

Prueba de muestras independientes: Reevaluación Positiva y Promedio General

	Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
	F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
								Inferior	Superior
Se asumen varianzas iguales	0,189	0,665	0,052	76	0,959	0,023	0,447	-0,867	0,914
No se asumen varianzas iguales			0,052	75,709	0,959	0,023	0,447	-0,867	0,914

Finalmente, en el estilo de REP se encontró que las varianzas de los grupos observados son igual (p -valor = 0,665) por lo que observando la misma columna para la

prueba de igualdad de medias tenemos que estas no son diferentes a un nivel estadístico (p -valor = 0,959).

Del análisis de las tablas anteriores (Tabla 16 a la Tabla 22) se puede inferir que no existe una diferencia entre las personas que utilizan algún estilo específico de afrontamiento al estrés, ya que todas estas son estadísticamente iguales al momento de relacionarlas con las calificaciones obtenidas durante el periodo de pandemia, esto nos indica que aparentemente, la predominancia de algún estilo de afrontamiento al estrés (focalizado en la solución, focalizado en la evitación y focalizado en la emoción) no tienen una relación directa con el desempeño que los estudiantes desarrollaron en el periodo de estudio.

Sin embargo, es importante resaltar que la teoría sobre los estilos de afrontamiento menciona al indicar que las personas en general no es que tengan un estilo específico y estable para cada situación de estrés, ya que es usual que la misma persona utilice diferentes estilos para abordar el mismo problema, en búsqueda del que pueda ser más eficiente para permitirle superarlo, en ese sentido, se podría decir que el afrontamiento constituye una estrategia dinámica para el abordaje del estrés, razón que complica su estudio ya que vuelve necesario el análisis de las causas que originan dichas situaciones estresantes, y como estas influyen en la determinación de las diferentes estrategias de afrontamiento adoptadas por los estudiantes.

2. Discusión

La investigación determinó que los principales estilos de afrontamiento al estrés más relevantes entre los universitarios son los relacionados al afrontamiento emocional, como la AFN y la EEA; y al afrontamiento evitativo, como la EVT y RLG, esto coincide en parte con Riveros Lopez (2021) que hallaron como más frecuentes a la AFN, y RLG, añadiendo además la FSP; mientras que las investigaciones de Abuid Traverso y Hurtado Gonzales Polar (2017) y Suarez Vasquez (2022) hallaron como más relevantes a la REP y el FSP, y la investigación de Tacca Huamnán y Tacca Huamán (2019), halló que las estrategias centradas en el problema son las más relevantes en estudiantes de posgrado.

Es importante considerar que los estilos de afrontamiento menos frecuentes entre los estudiantes son la REP, la FSP y la BAS, los cuales son considerados dentro de los más funcionales para el afrontamiento del estrés por las características positivas que estos conllevan, ya que los estilos REP y BAS se relacionan positivamente con la resiliencia en estudiantes (Rojas Castro, 2016), siendo la primera más relevante puesto que se asocia también con una protección frente al síndrome de Burnout (Chipana Flores y Quispe Arenas, 2018), la inteligencia emocional (Salas Manrique, 2018), el afrontamiento de problemas relacionados al alcoholismo (Llanos Huaracallo, 2020) y el bienestar general (Ortega Maldonado y Salanova Soria, 2016; Urbano Reaño, 2019; Tacca Huamán y Tacca Huamán, 2019), este último también se relaciona con el FSP (Mariano de la Cruz, 2021; Salas Manrique, 2018) y la BAS (Tenazoa Grandes, 2019), es decir, con las estrategias centradas en el problema.

Por otra parte, en función del sexo se halló que hombres y mujeres presentan la AFN y la EVT como los estilos de afrontamiento más frecuentes, hallándose diferencias por sexo; donde las mujeres predominan en RLG, el cual es un estilo relacionado al afrontamiento evitativo; mientras que los hombres predomina el FSP, que es una estrategia centrada en el problema; estos resultados son parcialmente similares a lo hallado en Mariano de la Cruz (2021) donde destacan los más frecuentes a la FSP, REP y EVT en hombres y mujeres, con diferencia de que la FSP se presenta mayormente en hombres, mientras que la EVT en mujeres; por otra parte Chavez Carreón y Amado Peralta (2017) hallaron que los estudiantes varones utilizan estrategias enfocadas en el problema, mientras que las mujeres lo hacen basadas en la emoción, mientras que, Aparcana Romero y

Mendoza Sotomayor (2021), y Tacca Huamán et al. (2022) no hallaron diferencia alguna respecto del sexo.

En cuanto de la edad, los estudiantes del grupo de menor edad destacan principalmente en los estilos BAS y EEA, los de 21 a 23 años predominan en los estilos RLG y EVT; mientras que en 23 años a más son el FSP y AFN; estos resultados son similares en parte a lo indicado por Tacca Huamán y Tacca Huamán (2019) que mencionan a los estilos focalizados en el problema, es decir el FSP, BAS y REP son más usuales de hallar conforme se incrementa la edad de la persona; pero diferentes a Verdugo-Lucero et al. (2013) que en su investigación hallaron los estilos centrados en la evitación como los menos frecuentes en adolescentes y jóvenes.

Sobre el rendimiento académico, este fue mayoritariamente positivo para ambos años, ya que se presentaron un mínimo porcentaje de notas desaprobatorias, siendo éstas ligeramente más frecuentes durante el 2021; estos resultados coinciden a lo hallado por Taipe Flores y Guzman Soto (2020) en estudiantes de una universidad pública durante el COVID-19 e Higuera Zimbrón y Rivera Gutierrez (2021) en estudiantes de educación superior en México, solo hallándose un resultado diferente en Gutierrez Mamani y Quispe Vilcan (2021) en estudiantes de enfermería donde la media de calificaciones era fundamentalmente promedio y bajo; todas estas diferencias podrían deberse a las carreras que fueron analizadas en todos esos estudios, siendo la de enfermería la que podría estar sometida a un nivel de estrés mucho mayor durante la pandemia del COVID-19, por ser una carrera directamente implicada con temas de salud y sanidad.

Sobre las fuentes de estrés más relevantes para los estudiantes en los años de estudio, las que predominan son las derivadas de las áreas académica y económica, en donde un gran porcentaje de estudiantes valoraron sentirse muy estresado y totalmente estresado; dicho resultado es similar a Esteves Villanueva et al. (2022) y Estrada Araoz et al. (2021) donde los estudiantes de educación superior durante la pandemia presentaron niveles elevados de estrés académico, lo cual podría ser consecuencia de factores como la competencia en el salón de clases, sobrecarga de actividades, premura para la presentación de trabajos y la conectividad al servicio de internet como de las habilidades necesarias para su manejo (Talavera-Salas et al., 2021).

Sobre las relaciones entre la fuente del estrés, el estilo de afrontamiento y el promedio de notas, se halló que la única fuente de estrés que se relaciona con el

rendimiento académico corresponde al estrés académico, siendo esta relación inversa y de magnitud leve; estos resultados coinciden con la investigación de Taípe Flores y Guzmán Soto (2020) que hallaron en estudiantes de ingeniería, y Tacca Huamán et al. (2022); contrariamente a la investigación de Torrejón Rabanal y Pariatanta Mendoza (2021) que si hallaron una relación entre estas variables, pero esta es de orden directa y leve.

Sobre el estrés económico se halló una relación con el estilo evitativo, esto podría tener relación con lo hallado en Abuid Traverso y Hurtado Gonzales Polar (2017) quienes hallaron que, frente a situaciones de alto estrés, el estilo evitativo suele ser el más utilizado ya que permite en el estudiante mantener cierto grado de calma sobre la situación estresante, a pesar de no desarrollar ningún comportamiento o pensamiento productivo para su solución, caso probable de suceder en la presente investigación debido al gran impacto que el COVID-19 han tenido en la economía de muchas familias, la cuales poseían poco control para revertir dicha situación.

Sobre el estrés familiar, se halló relación con los estilos EEA y AFN; esto coincide con Cavero Moquillaza y Hualacca Casas (2022) que investigaron la dinámica de los estilos de afrontamiento en situaciones de violencia y estrés familiar, hallando que este último se relaciona con la EEA. Sobre el estrés personal se halló relación con las estrategias de EEA, FSP y AFN; mientras que en el estrés académico se halló como más relevante a la estrategia de AFN, resultado distinto a lo hallado por Chamorro Herrera (2020) que indica en situaciones de estrés académico, este se relaciona principalmente con los estilos de FSP y EVT. Sobre el estrés amical / de pareja, son más relevantes las estrategias de EEA y FSP, siendo este estrés el que además se presenta en menor grado entre los estudiantes, lo cual podría deberse a que el estilo de FSP se relaciona también con una menor sensación de sentirse indefensos ante los problemas de pareja, además de una mayor seguridad en sí mismos para poder solucionarlos (Medina Jiménez, 2019).

Finalmente, se buscó hallar las diferencias que hay entre la predominancia de uno u otro estilo de afrontamiento y el rendimiento académico de los estudiantes, no lográndose hallar relación alguna entre estas variables, por lo que se afirmaría que la forma como los estudiantes afrontan el estrés no se relaciona al rendimiento que estos obtienen en sus estudios; este resultado es similar a lo hallado en Gonzales Villanueva y Ponce Vargas (2022) donde el rendimiento académico tampoco se vio influenciado por las estrategias de afrontamiento al estrés que los estudiantes ejercían; sin embargo se halló una diferencia

menor entre el promedio de los estudiantes que no presentaron ningún contagio con aquellos que sí fueron contagiados durante el periodo de confinamiento, siendo el promedio ligeramente mayor en los primeros, situación que no sucede en el contagio familiar; y cuya diferencia que no es estadísticamente significativa.

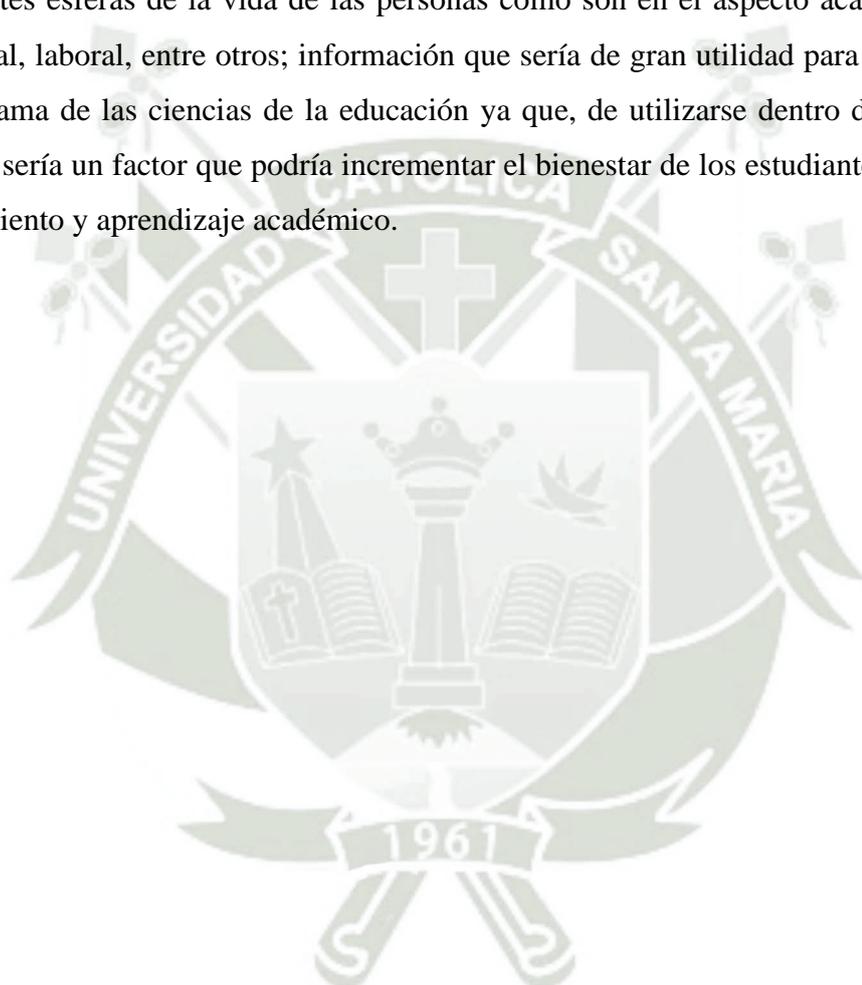
Por lo anterior es necesario mencionar que socialmente, el estrés es una de las condiciones presentes con más frecuencia en la vida social actual, ya que este se ha ido convirtiendo en una enfermedad social que afecta todas las esferas de accionar del ser humano, y que además funciona como un factor desencadenante de enfermedades más graves, desde lo laboral, familiar, personal, académico, entre otros; por otro lado, enfocándonos solo en lo académico, el estrés es una condición que influye significativamente en el desempeño y bienestar del estudiante, por lo que se pudo determinar que su estudio supone una gran oportunidad para la elaboración de planes y programas que promuevan su manejo, lo cual no solo influiría en el rendimiento académico de los estudiantes, sino actuaría como un factor aportante de bienestar familiar y social en general.

Estos resultado también tienen una relevancia para el uso en la labor docente, ya que está no solo se centra en impartir conocimientos a los estudiantes, sino también, el profesor universitario debe de ser un nexo que facilite el aprendizaje, promueva relaciones humanas saludables y diagnostique y proponga formas innovadoras de enseñanza (García-Valcarcel, 2004; citado por Sanz Blas et al., 2014), esto de manera que el proceso de aprendizaje suceda con la eficiencia y humanidad necesaria, acorde a los requerimientos del mundo contemporáneo; en ese sentido, el estudio del estrés y los estilos de afrontamiento en estudiantes se vuelve una necesidad puesto que las manifestaciones más graves de este podrían determinar el desempeño y bienestar del estudiante.

Finalmente, la pandemia del COVID-19 ha significado un factor altamente influyente de la dinámica del estudiante universitario como del docente a cargo de su enseñanza, empujando la implementación casi forzosa de nuevas formas de educación remota, las cuales constituían ya un desafío mucho antes de que se presentara la crisis sanitaria, formas que no solo tienen que ver con las estrategias desarrolladas por el docente para impartir el conocimiento, sino también con aquellas en donde se pone en manifiesto las competencias docentes para la gestión y promoción de los estudiantes en entornos

nuevos y desafiantes, como son las clases virtuales en una situación de estrés social generalizado.

En ese sentido, el principal aporte de la investigación radica en que los resultados permiten profundizar como se da la dinámica del estrés entre los estudiantes universitarios dentro de una situación atípica como el COVID-19, logrando identificar cuales son los principales estilos de afrontamiento al estrés y como estos son utilizados frente a las diferentes esferas de la vida de las personas como son en el aspecto académico, familiar, personal, laboral, entre otros; información que sería de gran utilidad para los profesionales de la rama de las ciencias de la educación ya que, de utilizarse dentro de la dinámica de clases, sería un factor que podría incrementar el bienestar de los estudiantes, y por ende, su rendimiento y aprendizaje académico.



CONCLUSIONES

PRIMERA:

No se halló relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y el rendimiento académico de estudiantes universitarios bajo la modalidad a distancia, durante la pandemia por el COVID-19, de la misma manera, no se halló relación entre el contagio personal o familiar con el rendimiento académico de los estudiantes universitarios; por otro lado sobre la fuente del estrés, el estrés académico es el único factor que se relaciona con el rendimiento académico, con un coeficiente de correlación de Spearman de $-0,230$, siendo este de intensidad leve y dirección inversa, lo que quiere decir que a mayor nivel de estrés académico, menor promedio de calificaciones entre los estudiantes.

SEGUNDA:

Los Estilos de Afrontamiento al Estrés que predominan entre los estudiantes universitarios bajo la modalidad a distancia, durante la pandemia por el COVID-19 son la Autofocalización Negativa, presente en 60 de 78 estudiantes, la Evitación en 57 de 78, la Religión en 43 de 78 y la Expresión Emocional Abierta en 42 de los 78 estudiantes participantes de la muestra.

TERCERA:

El rendimiento académico expresado en las calificaciones finales de los estudiantes durante la pandemia por la COVID-19, fue principalmente positivo, siendo el promedio para el 2020 de 14,61 y el 2021 de 14,16.

CUARTA:

Los principales estresores o fuentes de estrés en los estudiantes universitarios durante la COVID-19, durante el año 2020 correspondieron al estrés académico y económico; situación que sucedió de igual manera el 2021.

RECOMENDACIONES

PRIMERA:

El estrés es una condición que se ha expandido de forma generalizada entre todos los estratos sociales y actividades humanas; por otra parte, la educación es una actividad de gran relevancia para el desarrollo humano integral, por lo que es necesario se desarrollen estrategias adecuadas que permitan a los estudiantes obtener su máximo provecho, lo cual sea una garantía de su éxito a futuro; por ello, se recomienda a las diferentes instituciones educativas y organizaciones políticas y administrativas desarrollen sistemas dentro de las organizaciones educativas que permitan un diagnóstico rápido de todas las situaciones que pudieran generar cuadros de estrés crónico y agudo, permitiendo así una mejor adaptación del estudiante a los entornos educativos, especialmente ahora que estamos en una época donde se plantea el regreso a una educación presencial después de la pandemia por el COVID-19.

SEGUNDA

Si bien no se halló relación entre el desempeño académico con las estrategias de afrontamiento, este sí lo hizo con el estrés académico, el cual es un factor relevante en el aprendizaje de los estudiantes; en esa dirección se ve la necesidad de desarrollar programas educativos que promuevan la práctica de estrategias de afrontamiento más funcionales como son las focalizadas en la solución del problema, las cuales son las utilizadas con menos frecuencia por los estudiantes; siendo necesario que los directores de las diferentes escuelas profesionales y facultades de las universidades, las oficinas de bienestar estudiantil de estas instituciones así como los decanos y máximas autoridades desarrollen programas para el fortalecimiento de estas estrategias, además de habilidades que posibiliten a los estudiantes tener mejores respuestas frente a las situaciones de estrés (ej. evaluaciones finales, etc.).

TERCERA

Se recomienda a los docentes universitarios, tutores y profesionales encargados del bienestar y salud de los estudiantes universitarios que, en el desarrollo de los programas de mejora, se enfoquen principalmente en la mejora de habilidades en estudiantes, especialmente para las etapas iniciales del estrés, de manera que se pueda evitar situaciones crónicas que desencadenen en problemas psicológicos y de adaptación graves; además, es

necesario que en los planes de mejora se desarrollen habilidades orientadas a la identificación y solución de problemas académicos específicos a cada organización y contexto, por lo cual se recomienda que estos planes de mejora sean desarrollados en función de las necesidades específicas, evitando así la aplicación de programas estandarizados que no apunten a los problemas puntuales que de forma particular experimentan, generando así una mayor eficiencia de recursos, además de más eficacia para la mitigación del estrés académico intrauniversitario.

CUARTA:

Se recomienda a los futuros investigadores que estén interesados en el estudio de los estilos de afrontamiento al estrés y el rendimiento académico puedan ampliar el levantamiento de datos desarrollado en la presente investigación, considerando de forma muy particular la estrategia de toma de datos, de manera que se permita una mayor profundización de las variables para el logro de las hipótesis, esto debido a que se halló que uno de los principales limitantes del presente estudio se relacionó con la voluntad de los encuestados para participar de este, ocasionando que algunos de los encuestados no llenaran las fichas de datos con la seriedad necesaria o cometieran errores u omisiones que finalmente se tradujo en la eliminación de sus fichas y posterior dificultad para el análisis de datos.

REFERENCIAS

- Abuid Traverso, D., & Hurtado Gonzales Polar, F. A. (2017). *Estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes de psicología de una universidad privada de Arequipa* (Tesis de Grado, Universidad Católica San Pablo). Repositorio de la UCSP. <http://repositorio.ucsp.edu.pe/handle/UCSP/15533>
- Achong Suarez, A. (2021). *Estrés académico en estudiantes de educación inicial en modalidad remota de la facultad de ciencias de la educación y humanidades de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana 2021* (Tesis de Grado, Universidad Nacional de la Amazonía Peruana). Repositorio de la UNAP. <https://repositorio.unapiquitos.edu.pe/handle/20.500.12737/7594>
- Agüera Ordax, E., Calderón Méndez, M. D., & Alfageme Gonzáles, M. B. (2005). Educación superior e innovaciones. *Revista Iberoamericana de Educación*, 36(10). <https://rieoei.org/RIE/article/view/2755>
- Alba Ruiz, F., & Chumacher, C. (2008). Evaluación del aprendizaje universitario. *Educación y Educadores*, 11(2), 91-105. <http://www.scielo.org.co/pdf/eded/v11n2/v11n2a06.pdf>
- Alfonso Águila, B., Calcines Castillo, M., Monteagudo de la Guardia, R., & Nieves Achon, Z. (2015). Estrés académico. *EDUMECENTRO*, 7(2), 163-178. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=s2077-28742015000200013&script=sci_arttext&tlng=en
- Aparcana Romero, S. A., & Mendoza Sotomayor, H. M. (2021). *Estrategias de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en voluntarios de la Cruz Roja, Ica, 2021* (Tesis de Grado, Universidad César Vallejo). Repositorio de la UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/68342>
- Aranda, C., & Pando, M. (2013). Conceptualización del apoyo social y las redes de apoyo social. *Revista IIPSI*, 16(1), 233-245. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/download/3929/3153/13284>
- Barraza Macias, A. (2011). La gestión del estrés académico por parte del orientador educativo: El papel de las estrategias de afrontamiento. *Revista Visión Educativa IUNAES*, 5(1), 36-44. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4034497.pdf>

- Cachique Macedo, B. T., & Zegarra Alvarado, K. J. (2021). *Factores estresantes y estrategias de afrontamiento en las prácticas clínicas de los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de San Martín – Tarapoto. Mayo a Octubre 2020* (Tesis de Grado, Universidad Nacional de San Martín) Repositorio de la UNSM. <https://repositorio.unsm.edu.pe/handle/11458/4027>
- Cavero Moquillaza, L. F., & Huallcca Casas, R. F. (2022). *Violencia intrafamiliar y afrontamiento al estrés en adolescentes de instituciones educativas públicas de Ica, 2021* (Tesis de Grado, Universidad César Vallejo). Repositorio de la UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/91051>
- Chacón Zenteno, C. A. (2018). *Estrés y rendimiento académico en los estudiantes de primer año de la escuela de medicina de la Universidad Pablo Guardado Chavez 2017-2018*. Universidad Autónoma de Chiapas. <https://static.elsevier.es/jano/estresyrendimiento.pdf>
- Chamorro Herrera, J. E. (2020). *Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en estudiantes de enfermería Séptimo – Octavo ciclo Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos Junio 2018* (Tesis de Grado, Universidad Privada San Juan Bautista). Repositorio de la UPSJB. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/91051>
- Chávez Carreón, G. F., & Amado Peralta, R. . (2017). *Estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios trabajadores y no trabajadores de la Universidad Católica de Santa María* (Tesis de Grado, Universidad Católica de Santa María). Repositorio de la UCSM. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/6408>
- Chaves Torres, A. N. (2017). La educación a distancia como respuesta a las necesidades educativas del siglo XXI. *Revista Academia y Virtualidad*, 10(1), 23-41. <https://revistas.unimilitar.edu.co/index.php/ravi/article/view/2241>
- Chipana Flores, S. I., & Quispe Arenas, A. J. (2018). *Esociación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el síndrome de burnout en docentes de instituciones educativas estatales de Ñaña, Lima Este* (Tesis de Grado, Universidad Peruana Unión). Repositorio de la UPEU. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/993>

- Decreto de Urgencia N° 026-2020. (2020). *Decreto de urgencia que establece diversas medidas excepcionales y temporales para prevenir la propagación del coronavirus (COVID-19) en el territorio nacional*. El Peruano. <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/566447/DU026-20201864948-1.pdf>
- Díaz-Castrillón, F. J., & Toro-Montoya, A. I. (2020). SARS-CoV-2/COVID-19: el virus, la enfermedad y la pandemia. *Editora Médica Colombiana S.A.*, 24(3), 183-205. <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/05/1096519/covid-19.pdf>
- Di-Collredo, C., Aparicio Cruz, D. P., & Moreno, J. (2007). Descripción de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante una situación de desplazamiento. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 1(2), 125-156. <https://www.redalyc.org/pdf/2972/297224996002.pdf>
- Durá, E., & Garcés, J. (1991). La teoría del apoyo social y sus implicaciones para el ajuste psicosocial de pacientes oncológicos. *Aprendizaje, Revista de Psicología Social*, 6(2), 257-271. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/111762.pdf>
- Espinoza, J. C., Contreras, F. V., & Esguerra, G. A. (2009). Afrontamiento al estrés y modelo psicobiológico de la personalidad en estudiantes universitarios. *Revista Diversitas – Perspectivas en Psicología*, 5(1), 87-96. <http://www.scielo.org.co/pdf/dpp/v5n1/v5n1a08.pdf>
- Esteves Villanueva, A. R., Hañari Mormontoy, J. O., Ramos Turpo, M., & Incacutipa Limachi, D. J. (2022). Estrés universitario en entorno virtual durante la COVID-19: Un problema de salud mental. *Apuntes Universitarios*, 12(4), 366-378. <https://doi.org/10.17162/au.v12i4.1251>
- Estrada Araoz, E. G., Mamani Roque, M., Gallegos Ramos, N. A., Mamani Uchasara, H. J., Zuloaga Araoz, M: C. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), <http://doi.org/10.5281/zenodo.4675923>
- Estrada García, A. (2018). Estilos de aprendizaje y rendimiento académico. *Revista Boletín Redipe*, 7(7), 218-228. <https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/536>
- Flores Beltrán, L. F. (2019). *Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios* (Tesis de Grado, Universidad Católica de Santa María). Repositorio de la UCSM. <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/9691>

- Gantiva Díaz, C. A., Luna Viveros, A., Dávila, A. M., & Salgado, M. J. (2010). Estrategias de afrontamiento en personas con ansiedad. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 4(1), 63-72. <https://www.redalyc.org/pdf/2972/297224086006.pdf>
- Garza Varela, J. P., De la Cruz-De la Cruz, C., Leija Guerrero, J. G., Sánchez Rodríguez, K. E., & Kawas Valle, O. (2021). Positive reappraisal as a stress coping strategy during the COVID-19 pandemic. *Salud Mental*, 44(4), 177-184. <http://www.scielo.org.mx/pdf/sm/v44n4/0185-3325-sm-44-04-00177.pdf>
- Grassian, S. (2006). Psychiatric effect of solitary confinement. *Washington University Journal of Law & Policy*, 22, 325-383. https://openscholarship.wustl.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1362&context=law_journal_law_policy
- Grasso Imig, P. (2020). Rendimiento académico: Un recorrido conceptual que aproxima una definición unificada para el ámbito superior. *Revista de Educación*, 11(20), 87-102. https://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/r_educ/article/view/4165
- González, M. T., & Landero, R. (2007). Cuestionario del afrontamiento al estrés (CAE): Validación de una muestra mexicana. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 12(2), 189-198. <https://revistas.uned.es/index.php/RPPC/article/view/4044/3898>
- González Cabanach, R., Souto-Gestal, A., González-Doniz, L., & Franco Taboada, V. (2018). Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Educativa*, 36(2), 421-433. <https://revistas.um.es/rie/article/view/290901/231341>
- Gonzales Neyra, J. R. (2020). *Niveles de depresión, ansiedad y estrés en jóvenes universitarios asociado a confinamiento social – Arequipa 2020* (Tesis de Grado, Universidad Católica de Santa María). Repositorio de la UCSM. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/10219>
- Gonzales Villanueva, K. O., & Ponce Vargas, D. J. (2022). *Factores estresores relacionados con el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa Galileano Peruano Italiano, Arequipa 2021* (Tesis de Grado, Universidad Católica de Santa María). Repositorio de la UCSM. <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12920/11528>

- Gutierrez Mamani, J., & Quispe Vilcan, Y. L. (2021). Confinamiento y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación e Innovación*, 1(2), 38-46. <https://revistas.unjbg.edu.pe/index.php/iirce/article/view/1221/1398>
- Heedy, C., & Uribe, M. (2008). La educación a distancia: sus características y necesidad en la educación actual. *Educación*, 17(33), 7-27. <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/educacion/article/view/1532>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill Interamericana
- Higuera Zimbrón, A., & Rivera Gutierrez, E. (2021). Rendimiento académico en ambientes virtuales del aprendizaje durante la pandemia COVID-19 en Educación Superior. *Scielo Preprints*. <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.2862>
- Kohama Jonda, C. A., Vergara Cañote, C. A., & Dongo Romero, L. A. (2021). *Relación entre el Síndrome de Burnout y estilos de afrontamiento al estrés en los oficiales de la Marina de Guerra del Perú durante la pandemia* (Tesis de Maestría, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas). Repositorio Académico de la UPC. https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/658740/Kohama_J_C.pdf?sequence=3
- La Torre Mendoza, M. (2021). *Afrontamiento al estrés en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo-2020* (Tesis de Grado, Universidad Peruana los Andes). Repositorio de la UPLA. <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2325/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ley N° 30220 (2014). *Ley Universitaria*. Editora Perú. <https://diariooficial.elperuano.pe/pdf/0021/ley-universitaria-30220.pdf>
- Llanos Huaracallo, M. M. (2020). *Aplicación del modelo de conservación de MYRA LEVINE en un grupo de ayuda, para el afrontamiento de los familiares de personas con problemas de alcohol, en Arequipa – 2019* (Tesis de Grado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa,). Repositorio digital de la UNSA. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/11119>
- Macias, M. A., Madariaga Orozco, C., Valle Amarís, M; & Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés

psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 123-145.

<https://www.redalyc.org/pdf/213/21328600007.pdf>

Maguiña Vargas, C., Gastelo Acosta, R., & Tequen Bernilla, a. (2020). El nuevo coronavirus y la pandemia del COVID-19. *Revista Médica Herediana*, 31, 125-131.

<https://doi.org/10.20453/rmh.v31i2.3776>

Mariano de la Cruz, N. (2021). *Afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en el personal del Hospital Octavio Mongrut Muñoz del distrito de San Miguel, 2021* (Tesis de Grado, Universidad César Vallejo). Repositorio de la UCV.

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/72851>

Medina Jiménez, P. R: (2019). *Relación de los estilos de afrontamiento, indefensión aprendida e inadaptación en mujeres víctimas de violencia doméstica del Instituto de Medicina Legal del Callao* (Tesis de Maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos). Repositorio de la UNMSM.

<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/15559>

Mejía, J. (2018). El proceso de la educación superior en el Perú. La descolonialidad del saber universitario. *Cinta Moebio*, (61), 56-71.

<https://scielo.conicyt.cl/pdf/cmoebio/n61/0717-554X-cmoebio-61-00056.pdf>

Montes Gutiérrez, I. C., & Lerner Matiz, J. (2011). *Rendimiento Académico de los estudiantes de pregrado de la Universidad EAFIT. Perspectiva Cuantitativa*. Universidad EAFIT. <https://www.eafit.edu.co/institucional/calidad-eafit/investigacion/Documents/Rendimiento%20Ac%20C3%A1demico-Perspectiva%20cuantitativa.pdf>

Nogareda Cuixart, S. (s.f.). NTP 355: Fisiología del estrés. Ministerio de trabajo y asuntos sociales España & Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.

https://www.insst.es/documents/94886/326853/ntp_355.pdf

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (1998). *Conferencia Mundial sobre la Educación Superior. La educación superior en el siglo XXI: Visión y acción*.

https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000113878_spa

Organización Internacional del Trabajo (2020). *El teletrabajo durante la pandemia del COVID-19 y después de ella – Guía práctica*. Organización Internacional del

- Trabajo. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---travail/documents/publication/wcms_758007.pdf
- Ortega Maldonado, A., & Salanova Soria, M. (2016). Evolución de los modelos sobre el afrontamiento del estrés: hacia el coping positivo. *Ágora de Salud*, 3(30), 285-293. <http://dx.doi.org/10.6035/AgoraSalut.2016.3.30>
- Osorio Guzmán, M., Prado Romero, C., Bazán Riverón, G., & Huitrón Vásquez, B. (2020). Afrontamiento en profesionales de la salud mexicanos en el sector público. *Alternativas en Psicología*, (43), 117-132. https://www.alternativas.me/index.php?option=com_content&view=article&id=218&catid=32
- Ospina Stepanian, A. (2016). *Síntomas, niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes masculinos y femeninos de una institución de educación superior militar: Análisis comparativo* (Tesis de Maestría, Universidad Católica de Colombia). Repositorio de la UCatolica. <https://repository.ucatolica.edu.co/handle/10983/3161>
- Piemontesi, S. E., & Heredia, D. E. (2009). Afrontamiento ante exámenes: Desarrollo de los principales modelos teóricos para su definición y medición. *Anales de Psicología*, 25(1), 102-111. <https://www.redalyc.org/pdf/167/16711594012.pdf>
- Piemontesi, S. E., Heredia, D. E., Furlan, L. A., Sánchez-Rosas, J., & Martínez, M. (2012). Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios. *Anales de Psicología*, 28(1), 89-96. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/140562/126652>
- Riveros Lopez, L. A. (2021). *Violencia familiar y afrontamiento en adolescentes de instituciones educativas públicas de Chupaca, Huancayo, 2020* (Tesis de Grado, Universidad César Vallejo). Repositorio de la UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/60059>
- Rojas Castro, Y. Y. (2016). *Resiliencia y afrontamiento del estrés en estudiantes de una institución educativa secundaria. Chiclayo-2016* (Tesis de Grado, Universidad Señor de Sipan). Repositorio Institucional de la USS. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/3241>

- Román Collazo, C. A., & Hernández Rodríguez, Y. (2011). El estrés académico: Una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(2). <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol14num2/Vol14No2Art1.pdf>
- Salas Manrique, C. E. C. (2018). *Afrontamiento del estrés y su relación con el bienestar psicológico e inteligencia emocional en alumnos preuniversitarios del CEPURP 2016* (Tesis de Doctorado, Universidad César Vallejo). Repositorio de la UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/21238>
- Sandín, B., & Chorot, P. (2003). Cuestionario del afrontamiento del estrés (CAE): Desarrollo y validación preliminar. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 8(1), 39-54. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.8.num.1.2003.3941>
- Sans Blas, S., Ruíz Mafé, C., & Pérez Pérez, I. (2014). El profesor universitario y su función docente. *Espacio I+D, Innovación más Desarrollo*, 3(5). <https://doi.org/10.31644/IMASD.5.2014.a05>
- Santos Álvarez, M. A., & Valledado, E. (2012). Algunas dimensiones relacionadas con el rendimiento académico de estudiantes de administración y dirección de empresas. *Universitas Psychologica*, 12(3), 739-752. doi:10.11144/Javeriana. UPSY12-3.adrr
- Servei de Formació Permanent (Editor) (2007). La evaluación de los estudiantes en la educación superior: Apuntes de buenas prácticas. Universitat de València. <https://www3.uji.es/~betoret/Formacion/Evaluacion/Documentacion/La%20evaluacion%20estudiantes%20en%20la%20Esuperior%20UV.pdf>
- Sierra Llamas, C. A., & Julio, J. C. (2010). Estrategias de afrontamiento en pacientes con insuficiencia renal en fase dialítica. *Psicogente*, 13(23), 27-41. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3660426.pdf>
- Suarez Vasquez, A. P. (2022). *Nivel de estrés académico y estrategias de afrontamiento, en el contexto de la virtualidad, en estudiantes de enfermería del III semestre. Universidad Católica de Santa María, Arequipa – 2021* (Tesis de Grado, Universidad Católica de Santa María). Repositorio de la UCSM. <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12920/12018>

- Tacca Huamán, D. R., Alva Rodriguez, M. A., & Tacca Huamán, A. L. (2022). Estrés, afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes adolescentes peruanos durante tiempos de Covid-19. *Revista de Investigación Psicológica*, 27, 15-32. <http://www.scielo.org.bo/pdf/rip/n27/2223-3032-rip-27-15.pdf>
- Tacca Huamán, D. R., & Tacca Huamán, A. L. (2019). Estilos de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de postgrado. *Revista de Investigación Psicológica*, 21, 37-56. http://www.scielo.org.bo/pdf/rip/n21/n21_a04.pdf
- Taipe Flores, F., & Guzmán Soto, M. C. (2020). *Influencia del estrés del contexto COVID-19, en el rendimiento académico de trabajos encargados en estudiantes de la escuela profesional de Ingeniería Agroindustrial de la UNSAAC-Cusco, Semestre 2020-I* (Tesis de Segunda Especialidad, Universidad Nacional de San Agustín). Repositorio de la UNSA. <https://repositorio.unsa.edu.pe/handle/20.500.12773/11792>
- Talavera-Salas, I. X., Calcina-Cuevas, S. C., Zela-Pacori, C. E., & Castillo-Machaca, J. E. (2021). Impacto de la COVID-19 en el estrés académico en estudiantes universitarios. *Dominio de las Ciencias*, 7(4), 1673-1688. <https://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/2193>
- Tenazoa Grandes, H. G. (2019). *Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en efectivos del cuerpo general de bomberos voluntarios del Perú – Lima Norte, 2019* (Tesis de Grado, Universidad César Vallejo). Repositorio de la UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/36617>
- Torrejón Rabanal, P. H., & Pariatanta Mendoza, C. (2021). *Relación entre estrés y rendimiento académico en los estudiantes de estomatología de la Universidad Señor de Sipán Chiclayo, 2021-I* (Tesis de Grado, Universidad Señor de Sipán). Repositorio de la USS. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/9178>
- Urbano Reaño, E. Y. (2019). *Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes de la escuela de líderes escolares de Lima Norte – 2017* (Tesis de Grado, Universidad Peruana Cayetano Heredia). Repositorio de la UPCH. <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/6441>
- Vaca Narváez, L. M. (2016). *Estrés y tipos de afrontamiento al estrés en los estudiantes asignados por el sistema nacional de nivelación y admisión en la Universidad*

Técnica de Ambato (Tesis de Grado, Universidad Técnica de Ambato). Repositorio Digital de la UTA. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/18011>

Vargas Mejía, R. E. (2019). *Estrategias de afrontamiento al estrés y estilos de liderazgo situacional en empresas de Arequipa* (Tesis de Grado. Universidad Católica de Santa María). Repositorio de la UCSM. <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/9130>

Verdugo-Lucero, J. C., Ponce de León-Pagaza, B. G., Guardado-Llamas, R. E., Meda-Lara, R. M., Uribe-Alvarado, J. I., & Guzmán-Muñiz, J. (2013). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar subjetivo en adolescentes y jóvenes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 79-91. <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/alianza-cinde-umz/20140710050746/art.JulioCesarVerdugoL..pdf>



ANEXOS

Anexo 01: Consentimiento Informado

Estilos De Afrontamiento Al Estrés De Estudiantes Universitarios Durante El Tiempo De Pandemia

¡Bienvenido/a!

El siguiente cuestionario está orientado a conocer cuáles son los **estilos de afrontamiento al estrés de estudiantes universitarios durante el tiempo de pandemia**.

Este se divide en tres secciones, las cuales contienen una serie de preguntas sencillas que te pediríamos pudieras contestar con la mayor sinceridad, la encuesta no te deberá tomar más de 15 minutos para completarla y toda la información que se obtendrá será utilizada solo **con fines académicos**, de manera profesional y con la mayor ética científica, además de que se considerarán todos los criterios establecidos en la Ley N^o 29733 "Ley de Protección de Datos Personales" de la legislación peruana.

Finalmente, toda la información será procesada de manera que se garantice el anonimato de los participantes, protegiendo así su seguridad y privacidad; en ningún momento se publicará cualquier tipo de información que permita identificar a los participantes del estudio.

Consentimiento Informado:

Al aceptar el siguiente consentimiento declaro tener conocimiento de los fines de la investigación, estar de acuerdo con las condiciones para poder participar y la forma en cómo será procesada la información brindada.

Además declaro que mi participación es voluntaria, no habiendo sido coaccionado de ninguna forma, por lo que autorizo a la investigadora poder utilizar la información para los fines antes mencionados.

Acepto: ()

No Acepto: ()

Anexo02: Ficha Sociodemográfica

1. ¿Cuáles son tus nombres y apellidos?: _____

2. ¿Cuál es tu edad?: _____ años.

3. ¿Cuál es tu estado civil?

Soltero/a Conviviente Casado/a Divorciado/a Viudo/a

Durante los años 2020 y 2021.

4. ¿**Te has contagiado** de COVID-19?

(Si te has contagiado más de una vez, marca todos los semestres que correspondan.)

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
No se han contagiado.	2020 - Primer Semestre	2020 - Segundo Semestre	2021 - Primer Semestre	2021 - Segundo Semestre

5. ¿**Algún familiar cercano** se ha contagiado de COVID-19?

(Si se han contagiado más de una vez, marca todos los semestres que correspondan.)

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
No se han contagiado.	2020 - Primer Semestre	2020 - Segundo Semestre	2021 - Primer Semestre	2021 - Segundo Semestre

¿Cuán estresado te has sentido por problemas en las siguientes áreas?

6. Durante el **2020**.

Marca una opción por cada fila (problemas).

Problemas	Totalmente estresado	Muy estresado	Poco estresado	Nada estresado
Problemas familiares				
Problemas económicos				
Problemas personales				
Problemas académicos				
Problemas laborales				
Problemas con los amigos/pareja				

7. Durante el **2021**.

Marca una opción por cada fila (problemas).

Problemas	Totalmente estresado	Muy estresado	Poco estresado	Nada estresado
Problemas familiares				
Problemas económicos				
Problemas personales				
Problemas académicos				
Problemas laborales				
Problemas con los amigos/pareja				

Anexo 03: Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE)

A continuación se describen formas de pensar y comportarse que la gente suele emplear para afrontar los problemas o situaciones estresantes que ocurren en la vida. Las formas de afrontamiento descritas no son ni buenas ni malas, ni tampoco unas son mejores o peores que otras. Para contestar debe leer cada una de las formas de afrontamiento y recordar en qué medida Ud. la ha utilizado recientemente para hacer frente a situaciones de estrés. Marque con una X la opción que mejor represente el grado en que empleó cada una de las formas de afrontamiento del estrés. Aunque este cuestionario a veces hace referencia a una situación o problema, tenga en cuenta que esto no quiere decir que usted piense en un único acontecimiento, sino más bien en las situaciones más estresantes vividas recientemente.

0	1	2	3	4
Nunca	Pocas veces	A veces	Frecuentemente	Casi siempre

¿Cómo se ha comportado en situaciones de estrés?	0	1	2	3	4
1. Traté de analizar las causas del problema para poder hacerle frente					
2. Me convencí de que hiciese lo que hiciese las cosas siempre me saldrían mal					
3. Intenté centrarme en los aspectos positivos del problema					
4. Descargué mi mal humor con los demás					
5. Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba de concentrarme en otras cosas					
6. Le conté a familiares o amigos cómo me sentía					
7. Asistí a la Iglesia					
8. Traté de solucionar el problema siguiendo unos pasos bien pensados					
9. No hice nada concreto puesto que las cosas suelen ser malas					
10. Intenté sacar algo positivo del problema					
11. Insulté a ciertas personas					
12. Me enfoqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema					
13. Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar mejor el problema					
14. Pedí ayuda espiritual a algún religioso (sacerdote, etc.)					
15. Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo					
16. Comprendí que yo fui el principal causante del problema					
17. Descubrí que en la vida hay cosas buenas y gente que se preocupa por los demás					
18. Me comporté de forma hostil con los demás					
19. Salí al cine, a cenar, a dar una vuelta, etc. para olvidarme del problema					
20. Pedí a parientes o amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema					
21. Acudí a la Iglesia para rogar que se solucionase el problema					
22. Hablé con las personas implicadas para encontrar una solución al problema					
23. Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación					
24. Comprendí que otras cosas, diferentes del problema, eran para mi más importantes					

¿Cómo se ha comportado en situaciones de estrés?	0	1	2	3	4
25. Agredí a algunas persona					
26. Procuré no pensar en el problema					
27. Hablé con amigos o familiares para que me tranquilizaran cuando me encontraba mal					
28. Tuve fe en que Dios remediaría la situación					
29. Hice frente al problema poniendo en marcha varias soluciones concretas					
30. Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema					
31. Experimenté personalmente eso de que “no hay mal que por bien no venga”					
32. Me irrité con alguna gente					
33. Practiqué algún deporte para olvidarme del problema					
34. Pedí a algún amigo o familiar que me indicaran cuál sería el mejor camino a seguir					
35. Recé					
36. Pensé detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema					
37. Me resigné a aceptar las cosas como eran					
38. Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido peor					
39. Luché y me desahogué expresando mis sentimientos					
40. Intenté olvidarme de todo					
41. Procuré que algún familiar o amigo me escuchase cuando necesité manifestar mis sentimientos					
42. Acudí a la Iglesia para poner velas o rezar					

Anexo 05: Matriz de Datos - Sociodemográficos

Encuesta	Sexo	Edad	Estado_Civil	cont2020	cont2021	fam_cont2020	fam_cont2021	2020_familia	2020_economia	2020_persona	2020_academia	2020_labor	2020_amigo	2021_familia	2021_economia	2021_persona	2021_academia	2021_labor	2021_amigo
1	1	24	0	0	0	0	0	1	0	1	2	2	0	1	1	1	2	2	0
2	1	22	0	0	0	0	0	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1
3	1	22	0	0	1	0	1	1	3	2	2	2	1	1	2	2	3	2	1
4	2	22	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
5	2	24	0	0	0	0	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1
6	2	22	0	0	0	0	0	2	3	3	2	1	3	3	2	2	2	2	2
7	2	25	0	0	1	1	0	3	3	3	3	3	1	2	2	1	2	3	0
8	2	23	0	0	1	0	1	1	2	1	0	2	1	1	1	2	1	0	2
9	2	20	0	0	0	0	1	0	1	0	2	0	1	0	1	1	1	0	0
10	2	21	0	0	0	0	1	2	2	3	1	2	3	2	2	3	1	2	2
11	2	28	0	1	1	1	1	3	2	1	1	3	1	3	3	3	3	3	3
12	2	21	0	0	0	0	1	2	2	2	3	2	0	3	3	3	3	3	3
13	1	21	0	0	0	1	0	2	2	2	3	2	2	1	2	2	3	3	1
14	2	23	0	0	1	0	1	0	1	1	2	3	3	0	1	1	2	2	3
15	1	20	0	0	0	0	1	1	1	2	1	1	1	0	1	2	1	1	0
16	1	20	0	0	0	1	0	2	3	3	2	1	3	1	2	1	0	0	0
17	1	20	0	1	0	1	0	0	3	0	1	0	0	0	3	1	2	0	0
18	2	20	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
19	1	22	0	0	0	0	0	2	3	2	3	1	1	2	1	2	3	2	0
20	1	21	0	1	1	1	1	2	2	2	2	1	0	2	2	2	2	1	0
21	1	20	0	0	1	1	1	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
22	1	21	0	0	1	0	1	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	1
23	1	20	0	0	0	0	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1
24	2	22	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1
25	2	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
26	1	20	0	1	0	1	0	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	1
27	2	20	0	0	1	0	1	1	1	1	2	0	1	1	1	1	2	0	1
28	1	22	0	0	1	0	1	1	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2
29	1	22	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0
30	2	24	0	0	0	1	0	3	3	3	3	3	0	3	3	3	3	2	0
31	1	28	0	0	1	0	1	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	1
32	2	21	0	0	0	1	1	3	3	3	3	1	2	3	2	2	3	2	2
33	1	21	0	0	0	1	0	2	2	2	3	2	1	2	2	2	3	3	0
34	2	18	0	1	1	1	1	2	2	1	1	1	0	2	2	1	2	2	0
35	2	21	0	0	1	0	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
36	2	31	0	1	1	1	1	2	2	1	2	3	0	2	3	1	3	2	0
37	2	21	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
38	1	20	0	0	0	1	1	3	3	1	1	2	0	3	3	1	2	3	0
39	2	19	0	1	1	1	1	2	3	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1
40	2	21	0	0	1	0	1	3	2	1	3	0	0	0	0	2	1	0	0
41	1	20	0	0	0	0	1	1	0	2	3	0	0	2	0	2	2	0	1
42	1	22	0	0	1	0	1	1	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3
43	1	21	0	0	0	1	0	2	0	1	1	1	0	3	2	1	3	1	0
44	2	22	0	0	1	0	1	2	2	1	1	0	0	2	1	1	2	1	0
45	1	22	0	0	1	1	1	1	2	3	1	1	2	1	3	2	2	2	1
46	2	19	0	0	1	1	0	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1
47	2	20	0	1	0	1	0	0	2	1	2	1	0	0	3	1	2	2	0
48	1	20	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
49	2	21	0	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1
50	2	21	0	0	1	0	1	0	0	1	2	1	0	0	0	1	2	1	0
51	2	23	0	0	1	1	0	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1
52	1	21	0	0	0	0	0	2	2	3	2	3	1	3	2	2	3	2	0
53	2	22	0	1	0	1	1	2	2	2	3	0	0	2	1	3	1	0	0
54	1	24	0	0	1	0	1	2	2	1	3	1	0	2	2	1	2	1	1
55	2	23	0	0	0	0	0	1	2	2	1	1	0	2	2	1	1	0	0
56	2	22	1	0	1	0	1	0	1	1	2	2	0	1	1	0	1	1	0
57	1	23	0	1	0	1	0	3	3	2	3	3	1	2	3	2	3	2	1
58	1	25	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	3	1	0	0
59	2	22	0	0	0	1	0	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	0	0
60	1	21	0	0	1	1	0	2	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0
61	2	24	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0
62	1	22	0	1	1	1	1	1	2	1	3	2	0	0	2	0	2	1	0
63	1	23	0	0	1	0	1	0	1	2	3	1	1	1	1	2	3	1	1
64	2	23	0	0	1	0	1	3	3	3	2	3	0	3	3	2	3	0	0
65	1	21	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0
66	1	22	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1
67	2	25	0	1	0	1	0	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1
68	1	21	0	0	0	0	0	1	1	1	2	0	0	0	0	1	0	0	0
69	1	21	0	0	0	0	0	0	1	2	2	0	0	0	1	1	3	1	0
70	1	22	0	0	0	0	0	0	2	1	3	2	0	0	2	1	3	2	0
71	1	24	0	0	1	1	0	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1
72	1	24	0	1	0	1	0	1	2	1	2	1	0	2	2	1	2	2	0
73	1	23	0	0	0	0	0	1	2	2	2	2	2	1	3	2	2	3	2
74	2	28	0	0	0	0	0	1	1	1	2	0	0	1	1	1	2	0	0
75	2	21	0	0	0	0	0	1	3	1	3	2	0	3	3	0	3	2	0
76	1	22	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	0	0
77	1	21	0	1	0	1	1	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2
78	2	24	0	0	1	0	1	0	1	0	3	0	0	1	0	3	0	0	0

Anexo 06: Matriz de Datos – Estilos de Afrontamiento al Estrés

Encuesta	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12	p13	p14	p15	p16	p17	p18	p19	p20	p21	p22	p23	p24	p25	p26	p27	p28	p29	p30	p31	p32	p33	p34	p35	p36	p37	p38	p39	p40	p41	p42				
1	2	1	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2				
2	3	2	2	2	3	1	2	1	1	3	1	2	1	1	1	1	3	1	1	1	1	2	3	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	3			
3	1	0	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	3	0	1	0	2	1	3	1	0	1	1	2	0	3	0	4	2	1	4	3	3	2	4	2	1	2	2	2	3	2	1			
4	2	2	3	1	2	0	2	3	2	2	0	2	1	0	2	3	2	1	4	1	1	2	2	2	0	2	0	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	1	4	1	1				
5	2	3	3	2	2	1	1	1	2	1	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	1	0	1	0	4	3	2	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	0	2				
6	1	1	2	2	1	0	0	1	1	2	0	1	1	0	0	0	2	1	0	3	1	0	0	3	1	0	0	3	1	2	2	3	1	2	2	3	1	0	1	2	3	2	0			
7	4	1	3	1	4	1	2	3	2	4	1	4	0	1	3	2	2	1	0	1	1	1	2	2	0	2	2	4	2	1	3	3	0	1	4	2	1	3	4	0	2					
8	2	1	0	2	2	2	0	1	1	2	0	1	1	0	0	2	3	2	3	1	0	2	2	2	0	2	2	1	0	1	2	1	1	1	1	0	2	3	2	0	2	0				
9	3	0	3	1	2	1	0	2	1	1	2	2	1	0	2	3	1	1	0	0	2	2	3	1	1	0	2	1	0	2	3	1	1	2	3	2	0	0	2	1	2	2				
10	1	1	0	3	2	0	0	2	2	0	3	0	0	0	1	3	3	4	0	0	0	0	3	1	0	3	1	0	0	1	3	3	4	0	0	1	1	1	0	0	0	0				
11	3	2	3	2	1	4	0	2	2	3	4	1	1	2	2	1	3	4	3	3	1	2	3	3	0	1	2	1	3	3	3	4	2	3	2	2	3	1	2	1	4	3	1			
12	2	3	2	2	2	0	0	3	2	3	0	3	2	0	2	2	2	1	0	0	0	0	1	2	0	2	0	2	0	2	2	2	1	0	0	0	2	2	2	1	2	2	0			
13	2	2	1	3	2	3	0	2	2	2	1	2	3	0	2	2	1	0	0	1	0	1	3	2	0	2	4	2	2	2	2	3	0	1	2	2	2	2	2	1	1	1	0			
14	3	0	2	2	3	4	1	4	0	1	0	4	1	0	2	0	2	0	0	2	0	2	1	3	0	2	4	2	2	3	2	3	1	1	2	1	3	3	2	2	3	1	3	0		
15	0	2	2	3	2	1	1	2	1	3	0	3	1	0	1	2	3	3	2	1	0	3	1	2	0	3	1	1	1	3	0	3	1	3	1	1	3	3	3	1	1	1	1			
16	4	3	2	4	4	0	0	2	2	2	4	4	0	0	2	4	3	4	2	0	0	2	4	4	3	0	0	2	0	4	4	0	0	0	0	0	4	4	4	4	4	0	0			
17	4	0	4	0	4	0	3	4	0	4	1	4	0	4	4	0	1	0	4	0	4	0	4	0	4	0	4	0	4	0	4	0	1	0	4	4	1	4	4	4	0	4	0	2		
18	3	2	2	1	2	2	1	2	2	3	1	4	3	0	2	2	2	1	2	0	1	2	0	1	2	3	0	3	2	3	1	2	1	2	2	3	2	3	2	2	3	1	0			
19	4	1	4	4	0	1	3	4	4	4	2	4	4	0	2	1	4	4	4	4	0	4	4	2	0	4	4	0	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4			
20	4	2	4	1	1	2	2	4	1	4	0	2	2	0	3	3	4	0	2	1	0	1	0	3	1	0	3	1	1	4	1	2	1	2	2	1	4	0	1	1	2	0	0			
21	4	1	3	1	1	1	2	3	0	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	0	1	3	2	2	0	2	1	3	3	1	2	2	3	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2			
22	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	0	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	0	1	2	4	2	1	2	1	1	2	3	2	2	2	1	1	1	1	1			
23	2	3	4	3	1	4	3	2	4	0	2	4	3	2	1	4	0	4	4	3	4	4	3	0	1	4	3	2	4	4	0	0	2	4	0	0	0	2	4	0	0	1	0	1	4	
24	0	0	0	0	1	2	3	4	0	0	2	1	4	2	2	4	4	0	1	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
25	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
26	2	2	4	4	1	1	0	2	3	2	2	4	2	0	2	2	3	4	2	1	0	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	4	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	0	
27	2	2	3	0	3	2	1	3	2	3	0	4	3	1	3	2	3	0	4	3	0	1	0	0	3	2	2	3	1	3	1	4	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3		
28	1	0	3	2	2	1	1	3	2	1	0	1	0	3	1	0	3	1	0	0	1	0	2	1	0	0	1	2	0	0	1	2	0	0	1	0	3	0	2	2	1	1	0	4	1	2
29	0	0	0	0	2	1	2	0	0	3	0	1	1	1	2	1	2	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	0	0	2	0	0	1	1	2	3	2	1	1	1	
30	1	2	1	1	3	2	0	1	1	1	0	3	2	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	0	1	3	0	0	2	1	0	0	2	0	3	0	1	0	1	3	2	0	0	0	0	
31	3	2	3	4	2	3	1	2	3	2	1	2	2	1	0	3	3	1	3	2	0	1	4	2	0	0	1	4	2	0	2	3	3	3	0	4	3	1	2	3	3	3	4	3	2	
32	2	3	1	4	4	0	1	2	2	4	3	3	0	1	1	4	2	3	4	4	1	2	2	3	0	4	1	1	2	2	3	2	1	1	1	2	3	4	0	4	0	0	0	0		
33	4	3	2	1	2	1	0	2	3	3	0	3	1	0	2	2	3	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	3	1	2	0	0	1	3	0	0	1	0	1	0	1	0	
34	4	4	2	3	2	4	4	1	0	1	1	0	4	4	2	2	1	0	2	1	1	2	3	1	3	2	3	4	3	0	2	4	4	4	3	0	3	2	0	2	3	0	2	3		
35	1	3	3	1	2	3	1	3	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3	3	3	3		
36	4	1	3	1	1	1	0	3	2	2	0	1	1	1	1	1	2	1	1	1	0	0	1	2	0	1	1	1	1	3	2	1	1	2	1	3	3	2	2	4	1	3	0	1	0	
37	4	0	4	0	1	0	0	3	0	4	0	1	2	0	4	4	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
38	2	1	3	0	2	0	3	3	1	2	1	1	0	0	1	3	2	0	4	1	0	0	2	1	3	1	2	0	1	3	1	2	0	1	1	2	3	0	0	1	2	2	1	3	1	0
39	4	1	2	3	3	1	2	2	0	3	1	4	3	0	2	1	4	2	4	1	2	2	1	3	1	4	1	1	3	2	3	3	4	1	2	1	2	1	2	1	2	3	2	1		
40	3	2	4	2	2	4	1	3	2	2	0	2	3	0	2	3	4	4	4	4	0	4	3	3	0	2	3	2	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	3	0		
41	3	1	2	3	1	0	0	1	0	2	0	1	2	0	1	3	0	2	4	2	0	0	0	0	2	0	0	2	0	0	1	0	0	1	3	0	0	3	0	0	2	3	0	0	0	
42	2	2	0	4	2	1	4	1	2	4	1	2	3	0	0	1	4	2	3	1	0	1	4	2	1	4	4	3	3	3	4	4	1	2	0	1	1	2	4	4	2	0	0	0		
43	4	2	2	1	3	0	0	2	0	2	0	3	1	0	1	3	3	0	1	0	0	1	4	0	2	1	1	2	0	1	2	0	4	2	0	1	2	3	1	2	1	4	1	0	0	
44	3	1	2	0	2	0	0	1	0	3	0	4	0	0	1	2	3	0	2	0	0	0	1	1	0	3	1	1	4	1	4															

Anexo 08: Cuadro de Coherencias

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES
Problema General	Objetivo General	Hipótesis	Variable 1
¿Cuál es la relación que existe entre los estilos de afrontamiento al estrés y el rendimiento académico de estudiantes universitarios bajo la modalidad a distancia, durante la pandemia por la COVID-19?	Determinar la relación que existe entre los estilos de afrontamiento al estrés y el rendimiento académico de estudiantes universitarios bajo la modalidad a distancia, durante la pandemia por la COVID-19	Es probable que, exista una relación directa entre el estilo de afrontamiento que los estudiantes de una Universidad Nacional, bajo la modalidad a distancia, utilizan frente al estrés con su rendimiento académico durante la pandemia del COVID-19.	Estilos de Afrontamiento al Estrés
Problemas Específicos	Objetivos Específicos		Variable 2
¿Qué estilos de afrontamiento al estrés predominan en los estudiantes universitarios bajo la modalidad a distancia, durante la pandemia por al COVID-19?	Identificar los estilos de afrontamiento al estrés que predominan en los estudiantes universitarios bajo la modalidad a distancia, durante la pandemia por al COVID-19.		Rendimiento Académico
¿Cuál es el nivel de rendimiento académico obtenido por los estudiantes universitarios bajo la modalidad a distancia, durante la pandemia por la COVID-19?	Describir el nivel de rendimiento académico obtenido por los estudiantes universitarios bajo la modalidad a distancia, durante la pandemia por la COVID-19.		
¿Cuáles son los principales estresores para los estudiantes universitarios bajo la modalidad a distancia, durante la pandemia por la COVID-19?	Reconocer los principales estresores para los estudiantes universitarios bajo la modalidad a distancia, durante la pandemia por la COVID-19.		
Método: Científico. Tipo de Estudio: Descriptivo Correlacional. Nivel: Relacional.		Muestra: 78 estudiantes. Técnica: Encuesta y revisión documental. Instrumento: Cuestionario y ficha de análisis de datos.	

Anexo 09: Consentimiento de la institución



DIANA FLAVIA PASTOR ARIAS <dfpastor@unap.edu.pe>

Remito Solicitud para otorgamiento de facilidades para otorgamiento de información para desarrollo de trabajo de investigación

4 mensajes

DIANA FLAVIA PASTOR ARIAS <dfpastor@unap.edu.pe>

15 de junio de 2022, 15:34

Para: UNA-Puno Vicerrectorado Academico <vracademico@unap.edu.pe>, jnunezh@unap.edu.pe

Previo cordial saludo
Sr.: Dr. Mario Cuentas Alvarado
Vicerrector Académico de la UNA.P.

Remito Solicitud: Facilidades para realizar trabajo de investigación mediante su autorización a OTI para brindar información (indicada líneas abajo) por motivos de cumplimiento de la adecuación docente.

En el mismo documento adjunto informe presentado con respecto a la adecuación docente.

Sin otro particular agradezco el tiempo y atención de vuestro digno despacho.

Atentamente
Blga. Diana Pastor Arias

 **Solicitud autorización para investigacion VRI_DIANA PASTOR ARIAS.pdf**
1364K

Vicerrectorado Académico - UNA Puno <vracademico@unap.edu.pe>

16 de junio de 2022, 13:41

Para: Oficina de Tecnologías la Información <oti@unap.edu.pe>, dfpastor@unap.edu.pe

Previo saludo, por encargo del señor Vicerrector Académico se le deriva la solicitud de la docente de la Facultad de Ciencias Sociales DIANA FLAVIA PASTOR ARIAS, para que le brinde facilidades en la información que solicita y para ello realizar las coordinaciones pertinentes con la mencionada docente.

Atte.

Secretaria VRACAD

[El texto citado está oculto]

 **Solicitud autorización para investigacion VRI_DIANA PASTOR ARIAS.pdf**
1364K

Oficina de Tecnologías la Información <oti@unap.edu.pe>

20 de junio de 2022, 8:56

Para: Erardo Espinoza <erardoe@unap.edu.pe>

Cc: DIANA FLAVIA PASTOR ARIAS <dfpastor@unap.edu.pe>, UNA-Puno Vicerrectorado Academico <vracademico@unap.edu.pe>

Señor:

Ing. Erardo Espinoza Coaquira Espinoza

Jefe de la Subunidad de Sistemas de Gestión de Calidad

Jefe de la Subunidad de Gobierno Electrónico

previo cordial saludo, por encargo del Jefe de OTI se remite solicitud de la docente de la Facultad de Ciencias Sociales DIANA FLAVIA PASTOR ARIAS, para los fines pertinentes según lo indicado por el VICERRECTORADO ACADÉMICO.

[El texto citado está oculto]

--

Atentamente,

Oficina de Tecnologías de la Información

 **Solicitud autorización para investigacion VRI_DIANA PASTOR ARIAS.pdf**
1364K

Previo cordial saludo.

Remito lo solicitado
[El texto citado está oculto]

--

[Erardo Espinoza Coaquira](#)
[Sub Unidad de Gobierno Electrónico.](#)
[Sub Unidad de Sistemas de gestión de Calidad](#)

2 adjuntos

 **2021-I.xlsx**
35K

 **2021-II.xlsx**
34K



RELACIÓN DE LOS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE UNA UNIVERSIDAD NACIONAL EN LA MODALIDAD A DISTANCIA, DURANTE LA PANDEMIA POR LA COVID-19

INFORME DE ORIGINALIDAD

17%

INDICE DE SIMILITUD

12%

FUENTES DE INTERNET

14%

PUBLICACIONES

6%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	dehesa.unex.es Fuente de Internet	3%
2	repositorio.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	Santamaría Patiño Claudia Gabriela. "De la familia amalgamada a la familia desarticulada : tipología familiar y conductas de riesgo en adolescentes", TESIUNAM, 2012 Publicación	1%
4	Viriam Mejías Padilla, Erika Badilla Sánchez. "Educación a distancia: discriminación en el acceso a Internet y la tecnología de estudiantes de I y II ciclos de la educación general básica", Revista Latinoamericana de Derechos Humanos, 2021 Publicación	1%

5	publicaciones.usanpedro.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
6	comunicacion-cientifica.com Fuente de Internet	<1 %
7	Submitted to Universidad de Cádiz Trabajo del estudiante	<1 %
8	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
9	upc.aws.openrepository.com Fuente de Internet	<1 %
10	Submitted to Universidad Del Magdalena Trabajo del estudiante	<1 %
11	revistas.ucsp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
12	repositorio.uca.edu.ar Fuente de Internet	<1 %
13	recercat.cat Fuente de Internet	<1 %
14	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
15	eprints.uanl.mx Fuente de Internet	<1 %
16	gredos.usal.es Fuente de Internet	<1 %

17	idus.us.es Fuente de Internet	<1 %
18	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
19	Submitted to CONACYT Trabajo del estudiante	<1 %
20	repositorio.pucesa.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
21	Submitted to ESIC Business & Marketing School Trabajo del estudiante	<1 %
22	www.tdx.cat Fuente de Internet	<1 %
23	Submitted to Universidad Cooperativa de Colombia Trabajo del estudiante	<1 %
24	Flores Flores Paola Clementina. "Estrategias lectoras y motivación hacia la lectura en estudiantes de las carreras de Cirujano Dentista y Médico Cirujano", TESIUNAM, 2017 Publicación	<1 %
25	Prieto Martínez Fernando Daniel. "Estudio de modelado molecular y quimioinformática de moduladores de blancos terapéuticos epigenéticos", TESIUNAM, 2016 Publicación	<1 %

26	Godoy Jiménez Michelle. "El impacto de la gamificación en el aprendizaje de metodología experimental en universitarios", TESIUNAM, 2023 Publicación	<1 %
27	Submitted to Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez Trabajo del estudiante	<1 %
28	Contreras Romero Carlos. "Internacionalizacion y calidad de la educacion superior en el contexto de la globalizacion : parametros, potencialidades y perspectivas", TESIUNAM, 2004 Publicación	<1 %
29	congresopsicologiacolombia.com Fuente de Internet	<1 %
30	Hernández Paredones Gabriela. "Comparación de niveles de estrés laboral y bienestar subjetivo en trabajadores universitarios de Ecuador y México", TESIUNAM, 2016 Publicación	<1 %
31	publicacionescd.ulead.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
32	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

33

"Política y gestión educativa en Perú", High Rate Consulting Publications, 2022

Publicación

<1 %

34

María Antonia Jiménez-Gómez, Lucila Cárdenas-Becerril, Margarita Betzabé Velásquez-Oyola, Marcela Carrillo-Pineda et al. "Reflective and critical thinking in nursing curriculum", Revista Latino-Americana de Enfermagem, 2019

Publicación

<1 %

35

Cerda Ortiz David, Guevara Carreón Erika. "Afrontamiento : propuesta de un instrumento psicométrico, un estudio exploratorio realizado con el método del escalamiento multidimensional", TESIUNAM, 2014

Publicación

<1 %

36

"Relación entre el autoconcepto y las habilidades sociales en estudiantes de educación pertenecientes a una universidad privada de Arequipa-Perú, 2019", Pontificia Universidad Católica de Chile, 2020

Publicación

<1 %

37

Cortés Villaseñor Adriana. "La educación a distancia y las dificultades que presentan los estudiantes de primer ingreso del SUAYED psicología con el uso y manejo de las TICS", TESIUNAM, 2021

<1 %

38

López Colmenares Guadalupe Nohemí.
"Efecto del uso de TIC para el aprendizaje de enfermería en el rendimiento académico durante la práctica clínica", TESIUNAM, 2017

Publicación

<1 %

39

repositorio.une.edu.pe

Fuente de Internet

<1 %

40

Silvia Susana Baldeón Loza. "Bienestar subjetivo y apoyo social percibido en personas adultas mayores que participan en el Programa 60 y Piquito en los barrios del sur del Distrito Metropolitano de Quito", Universidade de Sao Paulo, Agencia USP de Gestao da Informacao Academica (AGUIA), 2022

Publicación

<1 %

41

dspace.ucuenca.edu.ec

Fuente de Internet

<1 %

42

Rodríguez Jáquez Lizeth Cecilia. "Estrés académico generado por la pandemia de Covid-19 en estudiantes del SUAyED Psicología Iztacala", TESIUNAM, 2021

Publicación

<1 %

43

repositorio.usanpedro.edu.pe

Fuente de Internet

<1 %

44

Fuente de Internet

<1 %

45

Salmerón Flores Wendy de Jesús. "Estrategias de afrontamiento ante el acoso laboral", TESIUNAM, 2022

Publicación

<1 %

46

repositorio.continental.edu.pe

Fuente de Internet

<1 %

47

repositorio.uan.edu.co

Fuente de Internet

<1 %

48

Reyes Villegas Edna Lucia. "Intervención cognitivo-conductual con un cuidador informal de un paciente con Alzheimer", TESIUNAM, 2018

Publicación

<1 %

49

Ruiz Mendoza Centeotl. "Niveles de burnout y fuentes de estrés en docentes de diferentes niveles educativos durante la pandemia por COVID-19", TESIUNAM, 2022

Publicación

<1 %

50

repository.unab.edu.co

Fuente de Internet

<1 %

51

Mendiola Franco Jacqueline. "El manejo del estrés académico en estudiantes universitarios : una propuesta de intervención", TESIUNAM, 2010

Publicación

<1 %

52

"Applied Technologies", Springer Science and Business Media LLC, 2023

Publicación

<1 %

53

Ibinarriaga Soltero Ximena, Ibinarriaga Soltero Barbara. "Atención plena, estrés académico y su relación con el promedio escolar", TESIUNAM, 2014

Publicación

<1 %

54

Lesnay Martínez Rodríguez, Yadira Grau Valdés, Rosamary Rodríguez Umpierre. "Estrategias de afrontamiento al estrés en cuidadores de pacientes en hemodiálisis", Enfermería Nefrológica, 2017

Publicación

<1 %

55

Muñoz López Dulce Erika, Al Azzam Amezcua Fatmeh. "Estudio preliminar de las propiedades psicométricas del inventario de personalidad (PAI)", TESIUNAM, 2014

Publicación

<1 %

56

Melo Cabrera Vianey. "Grado de satisfacción de estudiantes universitarios con el ecosistema escolar y su relación con niveles de ansiedad y depresión", TESIUNAM, 2020

Publicación

<1 %

57

Renzo Felipe Carranza Esteban, Oscar Mamani-Benito, Tomás Caycho-Rodriguez, Susana K. Lingán-Huamán, Percy G. Ruiz

<1 %

Mamani. "Psychological Distress, Anxiety, and Academic Self-Efficacy as Predictors of Study Satisfaction Among Peruvian University Students During the COVID-19 Pandemic", *Frontiers in Psychology*, 2022

Publicación

58

Reyes Frias Mario Alberto. "Intervencion para el manejo del estres de estudiantes universitarios", TESIUNAM, 2004

Publicación

59

Romero Ortiz Laura Guadalupe. "Estrategias de afrontamiento y estrés parental en padres con hijos internados en la unidad de cuidados intensivos neonatales", TESIUNAM, 2021

Publicación

60

Serna Caamaño Natzidiery Itzel. "Relación entre estilos de afrontamiento al estrés y variables sociodemográficas en trabajadores mexicanos", TESIUNAM, 2016

Publicación

61

Submitted to Universidad Cuauhtemoc

Trabajo del estudiante

62

"Handbook of Stress and Academic Anxiety", Springer Science and Business Media LLC, 2022

Publicación

<1 %

<1 %

<1 %

<1 %

<1 %

63

Cedillo Hernández Mishel Andrei. "Formación académica en los módulos clínicos de enfermería de la FES-I : experiencias con el uso de las TIC durante la Covid-19", TESIUNAM, 2021

Publicación

<1 %

64

Pérez Cuatecontzi Noemi. "Tensiones y producción de sentido en personal directivo de enfermería en la pandemia por COVID-19", TESIUNAM, 2021

Publicación

<1 %

65

repositorio.unac.edu.pe

Fuente de Internet

<1 %

66

Pascual Vigil Ana Itzel. "Las concepciones docentes en las prácticas de evaluación : un estudio de caso en un diplomado de la UNAM", TESIUNAM, 2021

Publicación

<1 %

67

Susana Martínez Martínez, María Guadalupe Santos Rebollar. "Estudio exploratorio sobre estrategias de afrontamiento del estrés generado por la COVID-19 en estudiantes de la BENEPJPL", DOCERE, 2021

Publicación

<1 %

68

Submitted to Universidad Alas Peruanas

Trabajo del estudiante

<1 %

69

Uribe Cabrera Andrea, González Paz Yadira. "Diferencias en las estrategias de afrontamiento utilizadas por niños de 8 a 12 años de edad en una escuela primaria pública", TESIUNAM, 2014
Publicación

<1 %

70

repositorio.uap.edu.pe
Fuente de Internet

<1 %

71

Acosta Montiel Lourdes Ileana, Montes González Víctor Hugo. "Salud mental y su relación con el rendimiento académico en alumnos de SUAYED Psicología", TESIUNAM, 2019
Publicación

<1 %

72

Adriana Carro-Olvera, César Sánchez-Olavarría. "La educación básica a distancia en tiempos de COVID-19 desde el análisis de la estrategia "Aprende en casa", en Tlaxcala, México", Revista Electrónica Educare, 2022
Publicación

<1 %

73

Albarrán Linares Carolina. "Propuesta didáctica para la enseñanza de la clasificación de la biodiversidad en el nivel bachillerato : aplicando el reino de los hongos como modelo de un aprendizaje constructivista", TESIUNAM, 2017
Publicación

<1 %

74

Dulce María Enriqueta Santillán Reyes, Diana Alicia López y López, Benjamín Barajas Sánchez. "Trayectorias Escolares Generaciones 2016, 2017, 2018 Y 2019", Universidad Nacional Autonoma de Mexico, 2021

Publicación

<1 %

75

Estefanía Mata Nicolás. "Utilización de una colección de germoplasma de tomate para la identificación de genes de interés", Universitat Politecnica de Valencia, 2021

Publicación

<1 %

76

Grajales Ocampo David. "Maquiavelismo y su relación con variables sociodemográficas en estudiantes de la UNAM", TESIUNAM, 2011

Publicación

<1 %

77

Gutiérrez Cruz María Isabel. "Estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios con Síndrome de Intestino Irritable", TESIUNAM, 2008

Publicación

<1 %

78

Hilda A. Del Carpio Ramos, Pedro A. Del Carpio Ramos, José E. Tarrillo Carrasco, Francisco J. García-Peñalvo et al. "Online instrument: Perception of virtual learning of the doctorate in the context of COVID-19", Eighth International Conference on

<1 %

Technological Ecosystems for Enhancing Multiculturality, 2020

Publicación

79

López García Dulce Alejandra. "Estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes", TESIUNAM, 2016

Publicación

<1 %

80

Martínez Flores César. "Efecto de la simetría del estado base en el poder de frenamiento electrónico y ley de escalamiento", TESIUNAM, 2014

Publicación

<1 %

81

Rojas Flores María de Lourdes. "Estrés y afrontamiento en pacientes con cáncer", TESIUNAM, 2015

Publicación

<1 %

82

Silva Peña Karina. "Estilos de afrontamiento del estrés en los adolescentes y su relación con la depresión", TESIUNAM, 2021

Publicación

<1 %

83

dgsa.uaeh.edu.mx:8080

Fuente de Internet

<1 %

84

dspace.esPOCH.edu.ec

Fuente de Internet

<1 %

85

"Proceedings of the XI. Symposium Neuroradiologicum", Springer Nature, 1978

<1 %

86

Flores Boyso Guadalupe Jazmin, Terrazas Romero María Eugenia. "Afrontamiento al estrés y su relación con el nivel de obesidad y calidad de vida en pacientes candidatos a cirugía bariátrica", TESIUNAM, 2014

Publicación

87

González Flor Luis Enrique. "Incidentes críticos en la evaluación de los aprendizajes durante la pandemia por COVID-19", TESIUNAM, 2022

Publicación

88

Juan Carlos Meléndez, Teresa Mayordomo, Patricia Sancho, José Manuel Tomás. "Coping Strategies: Gender Differences and Development throughout Life Span", The Spanish journal of psychology, 2013

Publicación

89

Montiel Romero Vicente. "Estrés académico en estudiantes universitarios : una revisión", TESIUNAM, 2017

Publicación

90

Submitted to Pontificia Universidad Catolica del Peru

Trabajo del estudiante

91

Yolanda Esperanza Ledesma Silva, Ángel Rodrigo Cobos Reina. "Factores motivacionales y el rendimiento académico

<1 %

<1 %

<1 %

<1 %

<1 %

<1 %

en la modalidad híbrida", HUMAN REVIEW.
International Humanities Review / Revista
Internacional de Humanidades, 2023

Publicación

92	ciencia.urjc.es Fuente de Internet	<1 %
93	ecotec.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
94	repositorio.unc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
95	repositorio.usmp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
96	ri.uaemex.mx Fuente de Internet	<1 %
97	ri.ues.edu.sv Fuente de Internet	<1 %
98	riull.ull.es Fuente de Internet	<1 %
99	www.educacionyciencia.org Fuente de Internet	<1 %
100	"Inter-American Yearbook on Human Rights / Anuario Interamericano de Derechos Humanos, Volume 36 (2020) (VOLUME II)", Brill, 2022 Publicación	<1 %

-
- 101 Alberto Vázquez Guadalupe. "Síntomatología de ortorexia en universitarios : relación con el estrés y los estilos de afrontamiento", TESIUNAM, 2022
Publicación <1 %
-
- 102 Andrés Mejía José Ethían. "Factores socioafectivos que influyen en el desempeño académico de estudiantes de la carrera de Médico Cirujano", TESIUNAM, 2020
Publicación <1 %
-
- 103 Castañeda Mendoza María Rossana. "Estilos de afrontamiento y su relación con la dependencia emocional en víctimas de violencia en la pareja", TESIUNAM, 2016
Publicación <1 %
-
- 104 Cruz Lozano Constanza Yarely. "Estrés y satisfacción laboral durante la pandemia de COVID-19 : un estudio comparativo entre las modalidades de trabajo", TESIUNAM, 2022
Publicación <1 %
-
- 105 Delgado García Eunice Alejandra, Martínez Osorio Midory Berenice. "Análisis de estrés académico y estrategias de afrontamiento : estudio comparativo entre estudiantes universitarios de UNAM-UNITEC", TESIUNAM, 2016
Publicación <1 %
-

- 106 Díaz Rodríguez María del Refugio Michael, Soriano Soberanes Mónica. "Piloteo y validación de la escala mexicana de estilos de afrontamiento al estrés y su relación con variables sociodemográficas en una muestra de trabajadores del sector privado", TESIUNAM, 2016
Publicación <1 %
-
- 107 González Rubí Fermín. "El estrés como consecuencia del trabajo en casa bajo un contexto de COVID-19", TESIUNAM, 2021
Publicación <1 %
-
- 108 José-Vicente Tomás-Miquel, Débora Nicolau-Juliá, Manuel Expósito-Langa. " The social relations of university students: intensity, interaction and association with academic performance / ", Cultura y Educación, 2016
Publicación <1 %
-
- 109 Pere Domingo. "Posicionamiento de etravirina en la terapia antirretroviral de combinación", Enfermedades Infecciosas y Microbiología Clínica, 2009
Publicación <1 %
-
- 110 Raya Fuentes Mercedes Adriana. "Inteligencia emocional en entornos virtuales : comparación entre estudiantes universitarios antes y después de la pandemia por COVID-19", TESIUNAM, 2021 <1 %

111 Reyes Rodríguez Pamela Fernanda. "Relación entre las competencias parentales vinculares y las representaciones mentales de apego con el autoconcepto en niños de 6 a 9 años", TESIUNAM, 2020
Publicación <1 %

112 Reza Guzmán Carmen Guadalupe. "La reflexión como una herramienta para afrontar el estrés", TESIUNAM, 2012
Publicación <1 %

113 dspace.ucacue.edu.ec
Fuente de Internet <1 %

114 psicoeureka.com.py
Fuente de Internet <1 %

115 redibai-myd.org
Fuente de Internet <1 %

116 repositorio.cientifica.edu.pe
Fuente de Internet <1 %

117 repositorio.uns.edu.pe
Fuente de Internet <1 %

118 repositorio.utesup.edu.pe
Fuente de Internet <1 %

119 repository.libertadores.edu.co
Fuente de Internet <1 %

120	roderic.uv.es Fuente de Internet	<1 %
121	tesis.unap.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
122	www.edunexos.edu.co Fuente de Internet	<1 %
123	www.scribd.com Fuente de Internet	<1 %
124	www.theibfr.com Fuente de Internet	<1 %
125	"Inter-American Yearbook on Human Rights / Anuario Interamericano de Derechos Humanos, Volume 16 (2000)", Brill, 2004 Publicación	<1 %
126	Benítez Albarrán Nancy, Moreno Molina Azucena. "Estilos de afrontamiento ante el estrés en estudiantes de la carrera de psicología de la UNAM : un estudio comparativo", TESIUNAM, 2007 Publicación	<1 %
127	Berra Ruiz Enrique. "Estrés-emoción-afrontamiento y apoyo social en adolescentes con y sin alteraciones psicológicas y de la salud", TESIUNAM, 2016 Publicación	<1 %

128	Jiménez Reséndez Iris Azucena. "Práctica docente, TIC y modalidades no presenciales en la carrera de pedagogía a distancia del SUAYED-FFyL de la UNAM", TESIUNAM, 2022	<1 %
Publicación		
129	Pedro Gil-Madrona, Maria Martínez-López, María-Belén Sáez-Sánchez. "Objective and subjective factors associated with Spanish students' performance in science in PISA 2015 / Factores objetivos y subjetivos asociados al rendimiento del alumnado español en ciencias en PISA 2015", Cultura y Educación, 2019	<1 %
Publicación		
130	up-rid.up.ac.pa	<1 %
Fuente de Internet		
131	Carmona García Carlos. "Estrategias de afrontamiento ante el estrés en deportistas practicantes del fitness", TESIUNAM, 2022	<1 %
Publicación		
132	Cordero Cordero Eugenia Virginia. "Estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios a distancia (SUAED)", TESIUNAM, 2017	<1 %
Publicación		
133	Cortés Ordóñez Alejandra. "Estilos de aprendizaje y rendimiento académico en	<1 %

estudiantes de prepa en línea SEP",
TESIUNAM, 2019

Publicación

134 Escamilla Roa Guadalupe Dora. "Estudio comparativo de síndrome de Burnout en enfermeras psiquiátricas y enfermeras de servicios de urgencias y su relación con el clima laboral", TESIUNAM, 2016

Publicación

135 Meza López Sinahi. "Evaluación clínica de la Esclerosis Múltiple: un estudio de caso", TESIUNAM, 2013

Publicación

136 Ortega Miranda Karen. "Relación entre la ansiedad social, la sensibilidad a la ansiedad y los estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios", TESIUNAM, 2015

Publicación

137 Rodríguez Nanni Karla Sofía. "Estudio longitudinal sobre variables psicológicas y distribución de actividades de universitarios ante la COVID-19", TESIUNAM, 2021

Publicación

138 Vieyra Galaviz María Elizabeth. "Autorregulación del aprendizaje en estudiantes de un curso autogestivo", TESIUNAM, 2022

Publicación

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias < 1 words

Excluir bibliografía

Activo