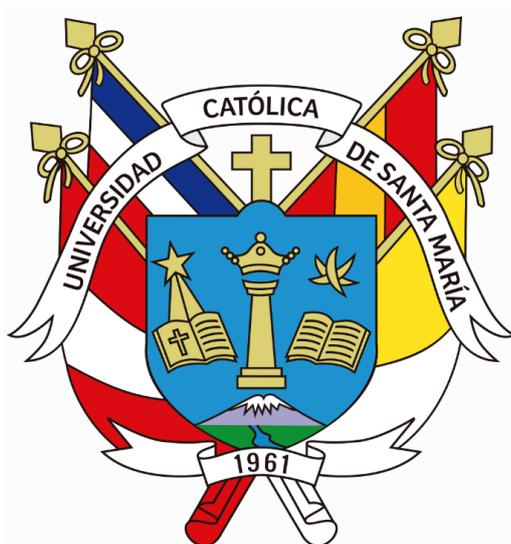


Universidad Católica de Santa María

Escuela de Postgrado

Maestría en Educación Superior



**EFFECTO DE LA PROCRASTINACIÓN EN EL ESTRÉS ACADÉMICO
DE LOS ESTUDIANTES DE PRIMER Y SEGUNDO AÑO DE LA
FACULTAD DE CIENCIAS E INGENIERÍAS FÍSICAS Y FORMALES
DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE AREQUIPA - 2019**

Tesis presentada por el Bachiller:

Mora Valdivia, Luis Enrique

Para optar el Grado Académico de:

Maestro en Educación Superior

Asesora:

Dra. Beltrán Molina, Rosa Patricia

Arequipa – Perú

2023

UCSM-ERP

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

Arequipa, 17 de Abril del 2023

Dictamen: 000142-C-EPG-2023

Visto el borrador del expediente 000142, presentado por:

2018008551 - MORA VALDIVIA LUIS ENRIQUE

Titulado:

**EFECTO DE LA PROCRASTINACIÓN EN EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE
PRIMER Y SEGUNDO AÑO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS E INGENIERÍAS FÍSICAS Y FORMALES
DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE AREQUIPA - 2019**

Nuestro dictamen es:

APROBADO

**29680339 - ARIAS MESSA FRIGIA LUCILA
DICTAMINADOR**

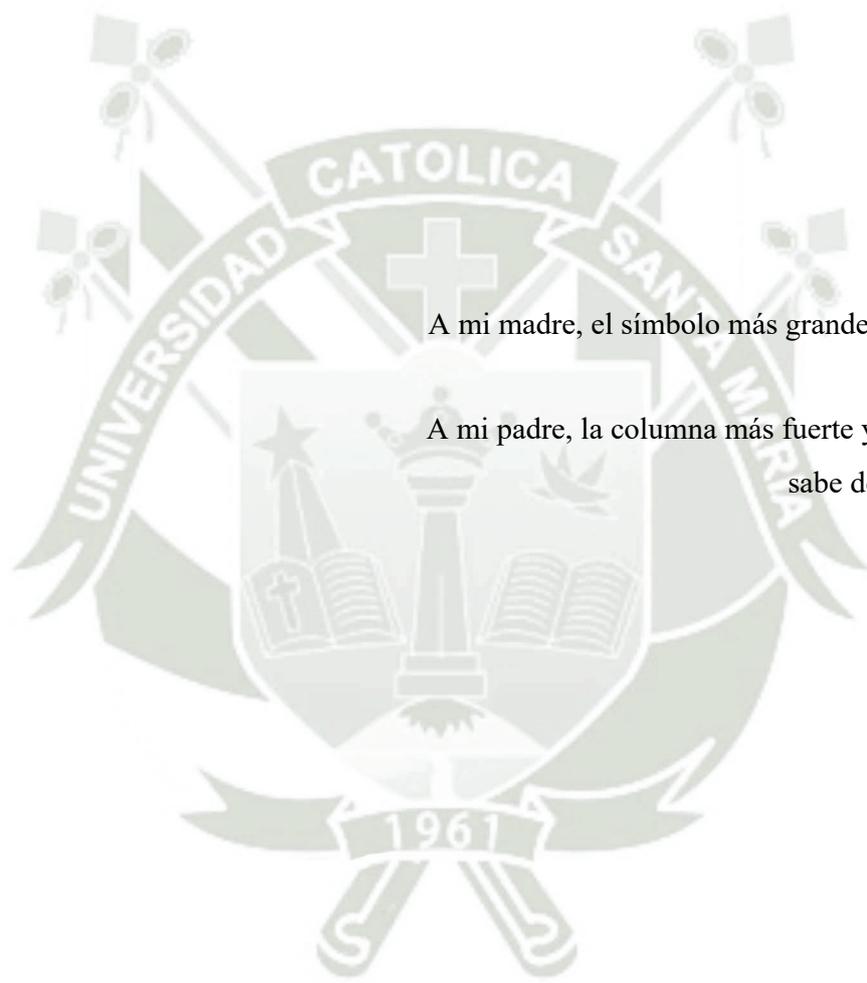


**29553971 - PAREDES SAN ROMAN SANDRA IRENE
DICTAMINADOR**



**29595310 - PEREZ QUINTANILLA CECILIA LOURDES
DICTAMINADOR**



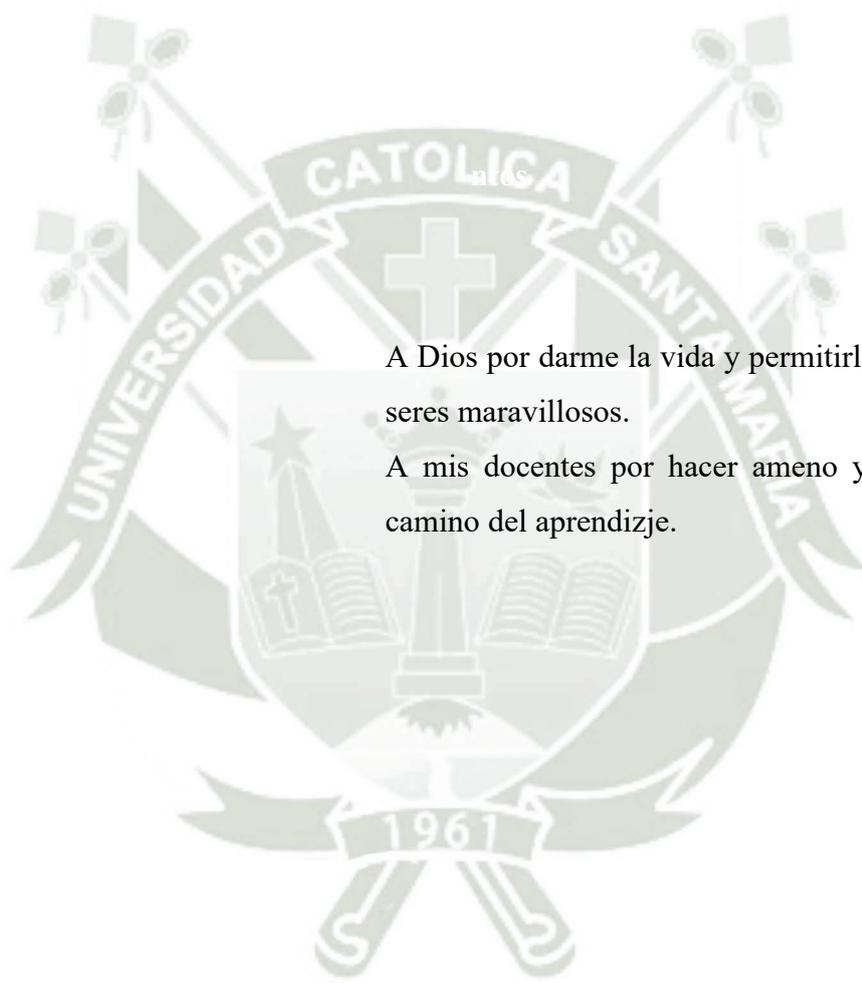


A mi madre, el símbolo más grande de coraje, ímpetu
y buena voluntad.

A mi padre, la columna más fuerte y confiable que no
sabe de quejas ni miedo.



“Sé feliz con lo que tienes, mientras persigues lo que quieres” (Helen Keller)



A Dios por darme la vida y permitirla compartirla con seres maravillosos.

A mis docentes por hacer ameno y enriquecedor el camino del aprendizaje.

Índice General

Epígrafe	
Agradecimientos	
Índice General	
Índice de tablas	
Índice de figuras	
Lista de abreviaturas	
Resumen	
Abstract	
Introducción	1
Hipótesis.....	3
Objetivos	3
CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO.....	4
1. Bases teóricas.....	4
1.1 Variable procrastinación académica.....	4
1.1.1 Definición de procrastinación académica	4
1.1.2 Procrastinación en la idiosincrasia individual.....	5
1.1.3 La relación de la procrastinación con el ámbito académico.....	6
1.1.4 Causas y consecuencias de la procrastinación académica	6
1.1.5 Componentes o dimensiones de la procrastinación académica.....	8
1.2 Variable estrés académico.....	8
1.2.1 Definición de estrés académico.....	8
1.2.2 Inmersión del concepto del estrés en el ámbito académico	9
1.2.3 La naturaleza específica del estrés académico	10
1.2.4 Estresores académicos.....	11
1.2.5 Manifestación del estrés académico mediante síntomas - reacciones.....	11
1.2.6 Dimensiones del estrés académico.....	12
2. Compromiso de confidencialidad	13
3. Antecedentes investigativos	13
CAPÍTULO II METODOLOGÍA.....	17
1 Técnicas, instrumentos y materiales de verificación.....	17
1.1 Técnica	17
1.2. Instrumentos.....	17

1.2.1 Instrumento Escala de procrastinación académica (EPA).....	17
1.2.2 Instrumento Inventario de estrés académico	18
2. Cuadro de coherencia de las variables	20
3. Campo de Verificación.....	20
3.1 Ubicación espacial.....	20
3.2 Ubicación temporal	20
3.3 Unidades de estudio	21
4. Estrategias de recolección de datos	23
5. Estrategias de análisis de resultados.....	24
CAPÍTULO III RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	25
1. Variable procrastinación	25
2. Variable estrés académico.....	40
3. Análisis de distribución normal	61
4. Relación de la variable procrastinación académica con la variable estrés académico....	62
5. Discusión.....	68
CONCLUSIONES	71
RECOMENDACIONES	71
REFERENCIAS.....	73
ANEXOS.....	77

Índice de tablas

Tabla 1 Niveles de procrastinación académica.....	25
Tabla 2 Dimensión de autorregulación académica a nivel general.....	27
Tabla 3 Dimensión autorregulación académica según año de estudios.....	28
Tabla 4 Dimensión de autorreguladores académicos según año de estudios.....	29
Tabla 5 Dimensión de postergación de actividades.....	31
Tabla 6 Dimensión de postergación de actividades según año de estudios.....	32
Tabla 7 Postergadores de actividades según año de estudios	33
Tabla 8 Procrastinación según el año de estudios.....	35
Tabla 9 Dimensión estresores académicos	37
Tabla 10 Dimensión síntomas/reacciones.....	38
Tabla 11 Dimensión estrategias de afrontamiento.....	39
Tabla 12 Estrés académico a nivel general.....	40
Tabla 13 Dimensión de estresores según año de estudios	42
Tabla 14 Dimensión estresores según el año de estudios	44
Tabla 15 Dimensión síntomas/reacciones según año de estudios.....	46
Tabla 16 Indicadores de la dimensión síntomas/reacciones según el año de estudios	48
Tabla 17 Dimensión síntomas - reacciones físicas según año de estudios	49
Tabla 18 Dimensión síntomas - reacciones psicológicas según año de estudios.....	51
Tabla 19 Dimensión síntomas - reacciones comportamentales según año de estudios	53
Tabla 20 Dimensión estrategias de afrontamiento según año de estudios.....	55
Tabla 21 Dimensión estrategias de afrontamiento según año de estudios.....	57
Tabla 22 Estrés académico según año de estudios.....	59
Tabla 23 Prueba de distribución normal Kolmogorov-Smirnov de las variables procrastinación y estrés académico	61
Tabla 24 Prueba de hipótesis de correlación Rho de Spearman de las variables procrastinación y estrés académico	62
Tabla 25 Correlación Rho de Spearman entre la variable estrés académico y la dimensión autorregulación académica.....	64
Tabla 26 Correlación Rho de Spearman de la variable estrés académico con la dimensión postergación de actividades	66

Índice de figuras

Figura 1. Niveles de procrastinación académica.....	25
Figura 2. Dimensión de autorregulación académica a nivel general	27
Figura 3. Dimensión autorregulación académica según año de estudios.....	28
Figura 4. Dimensión de autorreguladores académicos según año de estudios	29
Figura 5. Dimensión de postergación de actividades.....	31
Figura 6. Dimensión de postergación de actividades según año de estudios.....	32
Figura 7. Postergadores de actividades según año de estudios.....	33
Figura 8. Procrastinación según el año de estudios	35
Figura 9. Dimensión estresores académicos.....	37
Figura 10. Dimensión síntomas/reacciones	38
Figura 11. Dimensión estrategias de afrontamiento	39
Figura 12. Estrés académico a nivel general.....	40
Figura 13. Dimensión de estresores según año de estudios.....	42
Figura 14. Dimensión de estresores según el año de estudios.....	44
Figura 15. Dimensión síntomas/reacciones según año de estudios.....	46
Figura 16. Indicadores de la dimensión síntomas/reacciones según el año de estudios.....	48
Figura 17. Dimensión síntomas - reacciones físicas según año de estudios.....	49
Figura 18. Dimensión síntomas - reacciones psicológicas según año de estudios	51
Figura 19. Dimensión síntomas - reacciones comportamentales según año de estudios.....	53
Figura 20. Dimensión estrategias de afrontamiento según año de estudios.....	55
Figura 21. Dimensión estrategias de afrontamiento según año de estudios.....	57
Figura 22. Estrés académico según año de estudios.....	59
Figura 23. Diagrama nube de puntos de las variables procrastinación académica y estrés académico.....	63
Figura 24. Diagrama nube de puntos de la variable estrés académico y la dimensión autorregulación académica.....	65
Figura 25. Diagrama nube de puntos de la variable estrés académico y la dimensión postergación de actividades.....	66

Lista de abreviaturas

- CRH: Hormona de control corticotropina.
- EPA: Escala de procrastinación académica.
- MINEDU: Ministerio de Educación del Perú.
- PRISMA: Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses (Elementos de informe preferidos para revisiones sistemáticas y meta análisis).
- SISCO: Inventario sistémico cognoscitivo de estrés académico.
- SUNEDU: Superintendencia Nacional de Educación Universitaria.



Resumen

Este estudio investiga el efecto de la procrastinación en el estrés académico de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una universidad privada en Arequipa durante el año 2019. El objetivo del estudio fue determinar si la procrastinación afecta de manera significativa y directa el nivel de estrés académico en dichos estudiantes. La hipótesis planteada sugiere que existe una relación significativa entre la procrastinación y el estrés académico en estos estudiantes. La metodología empleada fue de tipo básico, con un diseño no experimental y un enfoque cuantitativo. Se utilizó un corte transversal y se aplicaron técnicas de encuesta. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Procrastinación Académica de Busko y el Inventario SISCO del Estrés Académico. La población objeto de estudio estuvo conformada por 310 estudiantes de ambos sexos, pertenecientes al primer y segundo semestre de la mencionada facultad. Los resultados obtenidos revelaron que la procrastinación tiene un efecto significativo en el estrés académico de los estudiantes. Este efecto se presentó a un nivel alto y directo, con un nivel de confianza del 99% ($p: 0.000$ y $Rho: 0.604^{**}$). Estos hallazgos indican que a mayor procrastinación académica, mayor será el nivel de estrés académico experimentado por los estudiantes, mientras que una menor procrastinación se asocia con un menor nivel de estrés académico. Con base en estos resultados, se confirma la hipótesis planteada en la investigación. Como sugerencia para futuros estudios, se propone llevar a cabo una investigación similar pero con un enfoque cualitativo, con el fin de fortalecer la consistencia y la validez externa de los resultados obtenidos.

Palabras clave: Procrastinación académica, estrés académico, autorregulación, postergación de actividades, estresores, estrategias de afrontamiento.

Abstract

This study investigates the effect of procrastination on academic stress in first and second year students of the Faculty of Physical and Formal Sciences and Engineering of a private university in Arequipa during 2019. The objective of the study was to determine whether procrastination significantly and directly affects the level of academic stress in these students. The hypothesis posed suggests that there is a significant relationship between procrastination and academic stress in these students. The methodology employed was basic, with a non-experimental design and a quantitative approach. A cross-sectional study was used and survey techniques were applied. The instruments used were the Busko Academic Procrastination Scale and the SISCO Academic Stress Inventory. The study population consisted of 310 students of both sexes, belonging to the first and second semesters of the aforementioned faculty. The results obtained revealed that procrastination has a significant effect on students' academic stress. This effect was presented at a high and direct level, with a confidence level of 99% ($p: 0.000$ and $Rho: 0.604^{**}$). These findings indicate that the greater the academic procrastination, the higher the level of academic stress experienced by students, while less procrastination is associated with a lower level of academic stress. Based on these results, the hypothesis put forward in the research is confirmed. As a suggestion for future studies, it is proposed to carry out a similar research but with a qualitative approach, in order to strengthen the consistency and external validity of the results obtained.

Keywords: Academic procrastination, academic stress, self-regulation, postponement of activities, stressors, coping strategies.

Introducción

El estrés académico es un problema con efectos biopsicológicos, muy común en los estudiantes que perjudica la concentración, la asistencia a clases, el aprendizaje y los resultados académicos. Por otra parte, la procrastinación o postergación de actividades es un fenómeno que se está dando con mayor frecuencia en los estudiantes universitarios, esto es debido a una serie de factores como los estilos de crianza, el miedo al fracaso, la falta de disciplina, la pereza, el perfeccionismo, la rebelión contra el control y la ansiedad (Uzun-Ozer, y Ferrari, 2011)

En los estudiantes del primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019 se constató que quienes no cumplían a tiempo las tareas como las lecturas, prácticas, proyectos, lecturas y ensayos, presentaban claros síntomas de estrés casi permanente, esto se podía verificar en su semblante decaído y pesado, ansioso e intranquilo, irritable y desmotivado; en cambio, quienes cumplían sus tareas a tiempo o con antelación por lo general se presentaban con buen semblante, motivación, tranquilidad y buen autocontrol en todo momento.

Lazarus, y Folkman (1985), confirmado por Reynoso (2005) sostienen la teoría del estrés basada en la interacción, indican que el estrés tiene su origen en las características personales y sociales, en las creencias y valores de cada persona que juzga el origen interno o externo, el cual genera una reacción positiva (estrés positivo), o negativa (estrés negativo) en la persona según sus recursos físicos y psicológicos. Cabe resaltar que muy a menudo la persona recibe eventos estresantes desde dentro de sí mismo o desde fuera, el cual siempre apela a la capacidad de respuesta de cada uno. En el nivel interno puede ser la flojera, la falta de conocimientos, el desorden de actividades, la indisciplina o la procrastinación. Estos requieren una respuesta personal.

En esta investigación, dado que, en los estudiantes, además del estrés académico, se percibe la procrastinación académica, y apoyado en la teoría de Lazarus, y Folkman (1985) y Reynoso (2005) se hipotetiza que la procrastinación es un factor asociado que debe tenerse en cuenta toda vez que se quiera afrontar el estrés académico.

El problema de la investigación tuvo su fundamento en la interrogante ¿cómo es el efecto de la procrastinación en el estrés académico de los estudiantes de primer y segundo año de la facultad de Ciencias e ingenierías físicas y formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019? Por tanto, la investigación está enfocada en la línea de investigación de la educación

haciendo uso de la interdisciplinariedad para hacer frente a los problemas educativos, en el área de la educación superior.

Esta investigación se justifica porque permitirá recopilar información, conocer el estado del arte sobre los factores asociados a la procrastinación y al estrés académico, gracias a esta información se podrá organizar mejores estrategias educativas en la educación superior. En cuanto a la investigación original, ha permitido obtener nuevos conocimientos que serán de utilidad a la ciencia de la educación y a las carreras afines como la psicología. De esta manera se ofrece una educación con beneficio social considerable a favor de los estudiantes. Los futuros investigadores encontrarán un nuevo punto de partida para generar nuevas hipótesis y comenzar nuevos estudios que contribuirán al avance de la ciencia.

En cuanto a la metodología, la investigación es de tipo básico, nivel correlacional, diseño no experimental, corte transversal con la técnica de la encuesta y los instrumentos de cuestionario. Las dificultades en la realización de la presente investigación fueron de tipo personal por la falta de tiempo y de presupuesto, el cual superó favorablemente.

Para el cumplimiento de los objetivos se ha realizado la investigación con las siguientes características metodológicas: es de enfoque cuantitativo porque se recopiló información que se analizó estadísticamente, es de tipo básico porque el propósito es conocer lo que sucede en la población de estudio, es de alcance o nivel correlacional causal porque se quiere determinar la influencia de la variable independiente en la dependiente, es de diseño no experimental porque las variables no se manipularon sino que el estudio se realizó en el contexto natural de la población, es de corte transversal porque para cumplir los objetivos sólo hizo falta aplicar una vez el instrumento a la población, y en cuanto a la temporalidad es retrospectiva porque evalúa un hecho ya sucedido. Toda esta caracterización metodológica está apoyada en la teoría expuesta por Huacac (2020)

El presente informe final de investigación consta de tres capítulos: El capítulo I: Marco teórico, contiene la base teórica acerca de cada una de las variables y los antecedentes investigativos. El capítulo II: Metodología precisa las técnicas, instrumentos, población y estrategias metodológicas ejecutadas en la investigación. El capítulo III sobre los resultados y la discusión, donde se ofrece información cuantitativa en tablas y figuras, con estadística descriptiva e inferencial todo lo solicitado por los objetivos. Toda esta información se contrasta con los hallazgos de las investigaciones previas. El documento finaliza con las conclusiones, recomendaciones, referencias y anexos.

Hipótesis

Hipótesis General

Dado que el descuido voluntario o involuntario de las responsabilidades concatena una serie de consecuencias negativas en el ámbito organizacional, personal y social, tanto externos como internos al sujeto,

Hi: Es probable que la procrastinación académica sí correlacione de manera directa y moderada con el estrés académico de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019.

Ho: Es probable que la procrastinación académica no correlacione de manera directa ni moderada con el estrés académico de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019.

Objetivos

Objetivo General

Correlacionar el efecto de la procrastinación en el estrés académico en estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa.

Objetivos específicos:

1. Identificar el nivel de la procrastinación en los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa.

2. Identificar el nivel del estrés académico en los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1. Bases teóricas

1.1 *Variable procrastinación académica*

1.1.1 Definición de procrastinación académica

Según la Real Academia de la Lengua Española (RAE, 2014) la voz procrastinación procede del latín *procrastinare*, que quiere decir posponer, aplazar, diferir, procrastinar puede definirse como la acción o hábito de postergar situaciones o actividades que debieran atenderse con prontitud, sustituyéndolas por otras situaciones agradables o menos relevantes. Un proverbio anónimo anglosajón dice “*Procrastination is the thief of time*”, es decir, la procrastinación es la ladrona del tiempo, y efectivamente si nos fijamos en todos los significados y explicaciones de lo que se quiere expresar con dicha palabra, resume en el resultado apreciable que representa, y es justamente lo que hace otras cosas menos urgentes, pero más agradables, y dejar lo urgente y/o menos agradable para después.

Procrastinar es una palabra que sin lugar a dudas ha comenzado a sonar repetidas veces en la última década, y que ha visto un crecimiento exponencial en su uso los últimos 2 años. Pero, qué encierra en su significado, y para qué es empleada es un tema amplio y sencillo de explicar.

La procrastinación es la postergación para la última hora, un retraso irracional o evitación de una determinada tarea debido a que lo considera tediosa por lo que prefiere otras tareas y ocupaciones distintas. Es un fallo voluntario en la forma de autorregulación, una posposición voluntaria de una tarea a pesar de que se tiene conocimiento de las consecuencias que esto puede generar (Sánchez-Hernández, 2010)

Para Furlan, et al. (2012) la procrastinación es un patrón cognitivo conductual de aplazamiento de tareas que al sujeto no le parecen placenteras, acompañado de pensamientos automáticos que lo incitan a distanciarse de las tareas académicas, este comportamiento se mantiene gracias a un esquema continuo de conductas que la refuerzan y que finalmente generan sentimientos de inquietud, ansiedad, abatimiento y elevados niveles de estrés ante la proximidad de los plazos.

La procrastinación es el aplazamiento de responsabilidades basada en una perspectiva cognitiva conductual, es decir, tiene su origen en creencias irracionales cíclicas como pensamientos negativos, ansiedad, desesperanza, depresión, sentimientos de incapacidad, falta de autoconfianza, visión distorsionada acerca de sí mismo, de los demás y del mundo. Es un comportamiento que ataca directamente a la autorregulación, y con ello, les priva de activar, conservar pensamientos, sentimientos y conductas orientadas hacia la consecución de metas (Laureano, y Ampudia, 2019)

En síntesis, existen dos componentes que deben estar presentes para que la procrastinación aparezca, el primero es que debe existir una tarea, la cual debe realizarse necesariamente, el segundo componente es la determinación del individuo o sujeto de causar la postergación de dicha tarea.

1.1.2 Procrastinación en la idiosincrasia individual

Se ha hablado mucho de la importancia de la procrastinación debido al impacto que tiene en nuestras vidas con la particularidad que cada individuo proyecta. Sin embargo, pese a ello, la procrastinación no se ha estudiado de manera sistemática.

En un estudio realizado en la Universidad de Guadalajara, México, en el que participaron 12 voluntarios estudiantes de ingeniería entre los 18 y 20 años de edad, los resultados obtenidos revelaron que no existe un efecto sistemático del requerimiento de respuesta sobre la procrastinación, es decir, no existen un disparador o secuencia de sucesos que culminen con la procrastinación (Torres, 2017)

Por otro lado, se encontró también que, en la serie de experimentos, los mismos individuos repetían el patrón de respuesta en cuanto a la procrastinación, en otras palabras, si un individuo procrastinaba en la primera fase del experimento, lo hacía en las siguientes dos, y si otro individuo no procrastinaba la primera fase, las siguientes dos tampoco lo hacían. Esto evidencia al parecer que la procrastinación es un estilo interactivo idiosincrásico (Torres, 2017)

Por otra parte, parece que la procrastinación llevada a un campo de la vida también afecta otros campos que no ofrezcan satisfacción inmediata. Esto significa que la procrastinación no es una conducta superficial y momentánea, sino algo que viene de la voluntad misma de la persona, algo que se vuelve una constante para todas aquellas actividades que requieren esfuerzo y que ofrecen satisfacción a largo plazo. Ante esta situación, la solución para el afrontamiento de la procrastinación académica estaría en la formación en valores, y estos

valores importantes para la presteza en la educación son la constancia, el esfuerzo, la postergación de la satisfacción, el trabajo a largo plazo (Uzun-Ozer, y Ferrari, 2011)

1.1.3 La relación de la procrastinación con el ámbito académico

La procrastinación es la postergación de actividades que a los sujetos no les ofrecen una satisfacción inmediata (Barraza, 2008), esta situación se da en todas las actividades humanas, ya sea en el trabajo o en el estudio. En el ámbito académico tiene mayor prevalencia debido a que los estudiantes aún no tienen su personalidad, valores ni principios de vida bien consolidados, al contrario, tienen vacíos y limitaciones y adicciones que cautivan más su atención (Reynoso, 2005)

La procrastinación a nivel académico es una pausa voluntaria del estudiante que involucra la intención de estudiar o realizar actividades académicas y a la acción de estas mismas. Es decir se retrasa el inicio o conclusión de una acción relacionada al estudio para optar por otra actividad no académica (Duda, 2018)

En el ámbito académico la procrastinación está enfocada en la carencia de autoregulación para el cumplimiento de actividades y trabajos académicos propios de la formación profesional, donde los estudiantes van posponiendo cada actividad, que a un corto plazo, esta acción se vuelve un hábito negativo para su formación profesional (Duda, 2018)

1.1.4 Causas y consecuencias de la procrastinación académica

Cardona (2015) destaca que las causas para la procrastinación académica son variadas. Se señala tanto a causas ambientales como, por ejemplo, influencias parentales, normas sociales, aversión o dificultad con la tarea y, con aspectos personales como la orientación de metas, la asignación de la causalidad, el autocontrol, las creencias irreales, entre otros. Se han sistematizado algunas variables que se correlacionaron de forma significativa con la procrastinación académica, entre ellas se destaca el miedo a la desaprobación social, la baja percepción de autoeficacia y autoestima dirigidas al estudio, la disciplina para el trabajo, la dificultad con la gestión del tiempo y la planificación para estudiar.

En el ámbito académico el aplazamiento comportamental relacionado al estudio se manifiesta como un indicador de procrastinación. Además, el retraso en el inicio del estudio puede deberse a dificultades en la formulación de objetivos de aprendizaje, sino también al aplazamiento de las intenciones para comenzar a estudiar. Adicionalmente, los elementos

distractores en casa o en el centro estudios son estimulantes para los estudiantes procrastinadores, dentro de ello se puede mencionar estas tres manifestaciones:

- Conductual: se refiere a carencia de intención para realizar actividades relacionadas al estudio.
- Discrepancia: se refiere a la búsqueda de la razón entre la intención y la acción en las actividades relacionadas al estudio.
- Preferencia: se refiere a escoger entre las actividades académicas o las actividades de ocio (Cardona, 2015)

Otras causas son las exigencias irracionales, autoritarias y confusas, carentes de motivación, las instrucciones confusas (Clariana, et al., 2012) En el ámbito académico la causa suele ser el estrés (Valdivia, 2019)

Según Sureda-Negre, et al. (2015) la procrastinación está asociada al plagio de las tareas y trabajos. Las consecuencias son el aplazamiento irracional de las tareas y de otras obligaciones que no produce ningún bienestar, sino sólo mayores dificultades en el proceso de aprendizaje, mayor tensión, autoconcepto cada vez más negativo, temor a las tareas y al fracaso y otras conductas como comportamientos monótonos y carentes de iniciativa, dilación en el cumplimiento de metas personales establecidas. En el ámbito académico, la consecuencia directa es el bajo rendimiento académico (Clariana, et al., 2012)

Según Alegre (2013) otros factores asociados son:

La baja tolerancia a la frustración que se manifiesta cuando el sujeto cede fácilmente en cuanto ocurren pensamientos de beneficio inmediato, hay falta de reflexión en el bien que se ha dejado de hacer, hay hostilidad e incomodidad hacia las tareas académicas.

Los malos hábitos de estudio. Cuando el estudiante no tiene un procedimiento ordenado para cumplir sus tareas académicas, este desorden se repite a lo largo de su formación básica y superior.

El mal manejo del tiempo, es decir, la falta de prioridades en el uso del tiempo. Sucede que los procrastinadores dedican más tiempo a actividades de recreación y a hobbies descuidando sus mayores responsabilidades.

El perfeccionismo. Muchos estudiantes dejan de hacer una tarea porque sienten que no están preparados para cumplirlo bien, buscan información hasta encontrar lo perfecto, pero cuando se acaban los plazos aún no han concluido. (Alegre, 2013)

1.1.5 Componentes o dimensiones de la procrastinación académica

Según Cardona (2015), hay cuatro factores motivacionales:

a) Expectativa

Este factor está relacionado con la perspectiva que genera la realización de una actividad académica. Ya que el ser humano necesita un reforzador que incite a la realización de esta u otras actividades académicas.

b) Valoración

Este factor indica que las actividades académicas se valoran de distinta manera, según el sujeto, ya que unas pueden generar mayor satisfacción o atracción, sin embargo, para otros sujetos no sucede lo mismo. Esto quiere decir que la valoración es propia de cada ser humano, según sus creencias, conocimientos, preferencias, contextos, etc.

c) Impulsividad

Este factor indica la poca atracción de la persona para realizar una actividad y se debe a la carencia de motivación. Esto traerá como resultado que exista una alta posibilidad de procrastinar el cumplimiento de la actividad o que esta misma se realice sin cumplir los reglamentos o pautas mínimo necesarias.

d) Demora de la satisfacción

Tiene que ver con el tiempo que se destina para dar una respuesta y los beneficios que se obtenga de cumplir la tarea asignada.

1.2 Variable estrés académico

1.2.1 Definición de estrés académico

Según Lazarus, y Folkman (1986) el estrés académico es “la reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada” (p. 13) El estrés es una reacción inherente y esencial para la supervivencia. Cuando esta respuesta natural ocurre en exceso, se produce una carga de tensión que afecta al organismo y da lugar a la aparición de enfermedades y anormalidades patológicas que dificultan el desarrollo y el correcto funcionamiento del cuerpo humano. La respuesta al estrés representa nuestra manera única de enfrentar y adaptarnos a diversas situaciones y demandas que encontramos, al mismo

tiempo, es una respuesta que surge cuando percibimos que nuestros recursos no son adecuados para abordar los problemas.

Para Barraza (2008) es el malestar más o menos prolongado y progresivo a causa de las excesivas labores académicas que genera síntomas, reacciones físicas como dolores musculares y dolor de cabeza, reacciones psicológicas como ansiedad y la desmotivación, y reacciones comportamentales como cansancio y desgana, el cual requiere que el sujeto haga uso de sus estrategias de afrontamiento.

Según la Morán, y Gil-La Cruz (2016) el estrés académico es la activación fisiológica, cognitiva, emocional y conductual de baja motivación en el desarrollo de las actividades, acompañada de irritabilidad y de dolores corporales. Esto significa que el estrés académico es abarcante porque comprende tanto lo biológico como lo psicológico.

Dueñas (2017) recalca que el estrés se da cuando el individuo arriesga su bienestar y se expone a situaciones amenazantes que son los elementos estresores internos o externos que causan el agotamiento de su capacidad de afrontamiento. La intensidad del estrés dependerá de su fortaleza psicológica, es decir, de la capacidad que tiene el individuo para responder a la situación estresante.

En esta investigación se sigue el concepto de Barraza (2008)

1.2.2 Inmersión del concepto del estrés en el ámbito académico

En el ámbito educativo el contexto donde se desarrollan los estudiantes contribuye a la edificación del conocimiento y ser la base para sus experiencias de formación educativa, sin embargo, cuando estos están inmersos en constantes cambios, tienen que dar solución a problemas que se les presenten, generando temor, angustia, duda y muchas veces tienen que lidiar con la frustración. Por lo antes mencionado, cuando ocurre una exacerbación de la problemática del estrés académico en algunos casos los estudiantes pueden desencadenar trastornos psicológicos.

Se define el estrés como la reacción del cuerpo de una persona ante un desafío o demanda; si es que se presenta en pequeños episodios, este estrés puede ser positivo; pero si es en un periodo prolongado, pasa todo lo contrario. En otras palabras, el estrés surge como una respuesta del organismo para estar alerta frente a una situación demandada. Pero cuando el estrés dura mucho tiempo, puede dañar la salud física y psicológica.

El estrés es uno de los problemas de salud más generalizado en la sociedad actual. Es un fenómeno multivariable que resulta de la relación entre la persona y los eventos de su medio, los que son vistos como amenazantes para el bienestar de la persona. A inicios del XXI se incluyó este término como algo cotidiano, presente en la vida del ser humano (Águila, Calcines, Monteagudo y Nieves, 2015)

El estrés es un proceso normal, donde el organismo reacciona, mediante componentes físicos y psicológicos de la persona. Es decir, es una respuesta del organismo, cuando siente la amenaza de la homeostasis, dando como respuesta la necesidad de movilizar diferentes componentes para enfrentar el evento causante del desequilibrio biopsicosocial.

Por otro lado, Águila (2015), menciona al estrés como la adaptación del organismo frente a condiciones internas o externas que alteran el funcionamiento biopsicosocial del ser humano. Además, propone la siguiente caracterización fisiológica producida por eventos estresantes:

- Cuando el organismo percibe una amenaza, se activan los centros sensoriales, la amígdala y las diferentes áreas de raciocinio.
- La hormona de control de la corticotropina (CRH) es liberada por la amígdala, para estimular el tronco encefálico.
- El tronco encefálico es impulsado por la vía espinal, haciendo partícipes a las glándulas adrenales haciendo que liberen la producción de glucocorticoides y epinefrina (adrenalida).
- Su acción se encuentra desde los músculos, los pulmones, el corazón y otros órganos, que preparan al organismo para la lucha.

1.2.3 La naturaleza específica del estrés académico

El ser humano es un ser social, por tanto, necesita interactuar con otras personas ya sea en la familia, en el trabajo, en el colegio, en la universidad, en eventos sociales o profesionales, esto quiere decir que el ser humano estará en constante interacción con personas de diferentes temperamentos, actitudes, creencias, que en algunos casos generan conflictos y tensiones en el contexto. Por esto, cada ser humano tiene la misión de mantener su bienestar biopsicosocial y aprender a convivir teniendo en cuenta la diversidad, y más aún en el ámbito académico donde los estudiantes aprenden en base a objetivos y metas según el silabo del programa profesional.

1.2.4 Estresores académicos

Los estresores pueden ser biológicos, psicológicos y sociales.

Estresores biológicos. Se refiere a las características biológicas adquiridas de los padres a lo largo de la vida por el individuo que predisponen a los sujetos para contraer fácilmente el estrés, así por ejemplo, la hiperactividad, la alta acidez en el organismo, etc. (Martín, 2007)

Estresores psicológicos. Se refiere a los procesos cognitivos, emocionales e intelectuales que son parte de la personalidad de cada individuo, así, por ejemplo, la personalidad sanguínea y legalista, la personalidad colérica, el perfeccionismo y los problemas mentales no tratados (Martín, 2007)

Estresores sociales. Se refiere a un conglomerado de creencias, valores, expectativas de los sujetos, el ambiente físico y la localización geográfica que son parte del contexto donde el individuo se desarrolla, ejemplo de esto son las relaciones tóxicas, las situaciones sociales de convulsión, la política y la economía sin estabilidad, la inseguridad laboral, etcétera (Martín, 2007)

Por otro lado los elementos estresores son considerados como los estímulos externos que vendría a ser el frío, el calor, el clima, el contexto social, afectivo y profesional. Estos tienen la capacidad de generar en el organismo infinidad de reacciones mediante el sistema nervioso, endocrino e inmunológico. Dentro de la óptica del estrés como estado, se genera el eutres cuando el sujeto reacciona de forma adecuada, mientras cuando sucede lo contrario se le llama distress, haciendo que el estímulo estresante no se elimina, por tanto el organismo del individuo no puede adaptarse a él, la persona presenta una mayor susceptibilidad de manifestaciones fisiológicas y cognitivas, pudiendo surgir enfermedades como la depresión. (Macías, 2012, p.22)

1.2.5 Manifestación del estrés académico mediante síntomas - reacciones

Macías (2012) indica que el estrés puede generar los siguientes síntomas y reacciones. En seguida se describe los tres tipos de síntomas-reacciones:

- A nivel fisiológico está la excesiva sudoración, tensión muscular, dolor de cabeza, taquicardia, hipertensión, hiperactividad, náuseas, manos y pies fríos, pérdida de defensas, debilidad frente a los agentes patógenos, sensación de decaimiento.

- A nivel psicológico pueden presentar tensión, ansiedad, dificultades interpersonales, insomnio, angustia, alienación, dudas sobre sí mismo, preocupación excesiva y desconcentración. Todo esto se resume en la desmotivación para el cumplimiento de los propios proyectos y compromisos.
- A nivel comportamental el estrés provoca variados tipos de conducta, entre ellos están la baja capacidad de reacción de parte del sujeto ante las exigencias cotidianas, la baja calidad laboral, la minusvaloración de las propias capacidades, la violencia, la falta de autocontrol. (Masías, 2012)

Todas estas manifestaciones son evidentes cuanto mayor es el estrés que padecen los estudiantes; sin embargo, cuando hay adecuado tratamiento o adecuado afrontamiento vuelve la esperanza y la serenidad en el trato con los demás.

1.2.6 Dimensiones del estrés académico

En esta investigación se sigue la definición y se utiliza el instrumento Inventario SISCO de estrés académico de Barraza (2008) es así que las dimensiones de esta variable son:

Estresores. Son los elementos internos o externos que provocan el malestar sistémico del ser humano. Estos estresores son generalmente: la sobrecarga de tareas, la dificultad que el estudiante tiene para comprender al docente, la dificultad para encontrar la información, o la falta de materiales educativos Barraza (2008)

Síntomas y reacciones físicas, psicológicas y comportamentales. En lo físico están los dolores musculares y el dolor de cabeza; en lo psicológico puede ser la desmotivación y la ansiedad; y en lo comportamental la victimización, la desgana, la pesadez en los movimientos, la baja capacidad de reacción. Son los malestares que el sujeto presenta a causa del desequilibrio sistémico, es decir, de un desequilibrio que afecta tanto lo biológico, mental y afectivo Barraza (2008)

Estrategias de afrontamiento. Es la respuesta del individuo para protegerse y defenderse de la situación que lo pone en situación de crisis. Algunas de estas estrategias pueden ser el buscar ayuda, el recurso a la cafeína, al tabaco, a las drogas, a los tranquilizantes, la victimización, la ira, etcétera Barraza (2008)

2. Compromiso de confidencialidad

La confidencialidad es el secreto de una determinada información por tratarse de menores de edad y por su susceptibilidad al uso inadecuado por el investigador o por los que tengan acceso a esos datos. Frente a esta situación es importante el compromiso ético del investigador, la reserva de la información y de todo dato personal o íntimo. El descuido y la revelación de la información es un delito y puede prestarse a usos inadecuados y perjudiciales para el sujeto de estudio o en detrimento de los derechos de cada persona, por estas razones puede tener consecuencias jurídicas (Anguita, y Sotomayor, 2011)

Lo que corresponde al investigador es conservar confidencialmente la información obtenida de la investigación, en tal sentido se debe evitar revelar el nombre de los sujetos de estudio y el nombre de la institución donde se realizó.

3. Antecedentes investigativos

En el ámbito internacional están:

García, y Gonzáles (2022) publicaron el artículo de revisión bibliográfica titulado “El estrés académico causante de la procrastinación en la educación virtual. Una revisión sistemática” con el objetivo de analizar las investigaciones desde el 2016 hasta el 2021 acerca de los factores del estrés académico en el contexto de la educación presencial-virtual. Es una investigación correlacional, cuantitativa, no experimental y de revisión bibliográfica según la metodología PRISMA. Se accedió a las plataformas de Redalyc, SciELO, Lilacs y PubMed en un total de 10 artículos. Los documentos revisados coinciden en indicar que el estrés está relacionado con la sobrecarga de trabajo, y que en los estudiantes hay más reacciones físicas al estrés que reacciones mentales. Existe correlación alta entre estrés y procrastinación académica. Más procrastinación de actividades está asociado a mayor incertidumbre y mayores síntomas físicos; pero la regulación académica se relaciona con mayores estrategias de afrontamiento.

Barraza, y Barraza (2019) son autores del artículo científico titulado “Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media y superior”. Esta investigación tiene por objetivo discriminar la relación que existe entre la procrastinación y el estrés académico. A nivel metodológico se caracteriza por ser básico o fundamental, cuantitativo, correlacional, transversa y retrospectivo. La información estadística proviene de fuente primaria, de una muestra de 300 estudiantes entre secundaria y universitarios con la técnica

de la encuesta y los instrumentos Escala de procrastinación académica de Busco, y el instrumento Inventario de estrés académico SISCO de Barraza. Se correlacionó las dimensiones de ambas variables: hay correlación positiva entre postergación de actividades con estresores y síntomas, y entre autorregulación académica y estrategias de afrontamiento. Las estrategias de afrontamiento del estrés se relacionan con la procrastinación, el estrés académico se relaciona positivamente con postergación de actividades y de manera negativa con autorregulación académica.

Palacios-Garay, Belito, Bernaola, y Capcha (2020) son autores del artículo científico “Procrastinación y estrés en el engagement académico en universitarios” que se realizó con el objetivo de precisar la incidencia de la procrastinación en el estrés académico. Según su tipología es una investigación correlacional causal, cuantitativo, sustantivo, transversal y con el método hipotético deductivo. La información estadística proviene de una muestra de 181 estudiantes universitarios de educación de los semestres 3, 5 y 7, se utilizó la técnica de la encuesta, el instrumento Escala de procrastinación de Solomon, y Rothblum, y el inventario SISCO de Barraza. Existe influencia significativa de la procrastinación en el estrés académico.

En el ámbito nacional están las siguientes investigaciones afines:

Orco, Huamán, Torres, Figueroa, Mejía (2022) son autores del artículo científico titulado “Asociación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes peruanos de segundo año de medicina” con el objetivo de evaluar la asociación entre las dos variables. Sus características metodológicas son: investigación correlacional, cuantitativa, transversal y retrospectiva. El estudio se realizó en una muestra de 91 estudiantes de medicina con la técnica de la encuesta y el instrumento Escala de procrastinación académica y la Escala de estrés académico SISCO. Se llegó al resultado de que hay correlación significativa entre las variables de estudio, esto quiere decir que la procrastinación es predictora del estrés académico.

Quispe, C. (2020) Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Lima Metropolitana. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú. La investigación tiene el objetivo de determinar el tipo de relación que existe entre las variables, y sus características metodológicas son: investigación correlacional, cuantitativa, no experimental y transversal. La información estadística proviene de fuente primaria, de una muestra de 98 universitarios, con la técnica de la encuesta y los instrumentos Inventario

SISCO, y Escala de procrastinación académica PASS. Se llegó a los siguientes resultados: Existe relación significativa positiva entre las variables, asimismo, hay relación significativa entre los factores estresores con falta de energía y autocontrol, perfeccionismo, ansiedad ante la evaluación, y poca asertividad y confianza. Con el objetivo de probar si existe o no correlación significativa entre las variables. Sus características metodológicas son: investigación correlacional, transversal, cuantitativa y básica o fundamental. La información se obtuvo de una muestra de 98 estudiantes, con la encuesta y cuestionarios de Escala de procrastinación académica, y el Inventario SISCO de estrés académico. Se obtuvo como resultado que sí existe correlación entre procrastinación y estrés.

Hernández, N. M. (2020) realizó una tesis de maestría en psicología titulada “Procrastinación académica, estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Chíncha, 2020”. Chíncha: Universidad San Martín de Porres” con el objetivo de precisar el tipo de relación que existe entre las variables. La información se obtuvo de una muestra no probabilística de 184 estudiantes, se utilizó la técnica de la encuesta y los instrumentos Escala de procrastinación académica, de Busko, y el Inventario SISCO de estrés académico. Existe correlación significativa de la variable procrastinación académica con estrés académico, y también con el bienestar psicológico.

En el ámbito local se tiene las siguientes correlaciones afines:

Valdivia (2019) realizó la investigación titulada “La procrastinación en el estrés académico de los estudiantes de segundo y tercer año de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa – 2018” con el fin de establecer la relación que existe entre procrastinación académica. Es una investigación no experimental, cuantitativa, correlacional, retrospectiva y transversal. La muestra lo conformaron 366 estudiantes universitarios de primero y segundo año de la facultad de la educación para la obtención de información se utilizó la técnica de la encuesta y los instrumentos Escala de procrastinación de Busko, y el Inventario SISCO de estrés académico. Se obtuvo los siguientes resultados: los estudiantes presentan nivel medio de procrastinación (74%) y estrés académico de nivel medio superior (89%). Se obtuvo $p: 0,001$ y $Rho: 0,493^{**}$ lo que significa que la correlación es significativa, de nivel moderada, y al 99% de confianza, de esta manera, el estrés se convierte en un predictor de la procrastinación, pero con la aclaración de que el resultado es bilateral, es decir hay interinfluencia entre las variables.

Polo, Y. S. (2020) “Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios, Cajamarca, 2022” con el fin de discriminar si existe o no relación entre las variables. La investigación es correlacional, cuantitativa, no experimental y transversal. se utilizó la técnica de la encuesta, y los instrumentos Escala de procrastinación académica – EPA, e Inventario SISCO de estrés académico. El resultado es que el 54,3% de estudiantes presenta procrastinación de nivel medio, y el 82,9% presenta estrés académico de nivel medio. Entre procrastinación y estrés académico existe correlación significativa, pero también hay otros factores que afectan en cada una de las variables de estudio.

Nagamine, M. (2017) “Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de una universidad pública de Lima, 2017”, su objetivo fue determinar la relación entre procrastinación y estrés, para ello se siguió el siguiente modelo: investigación correlacional, no experimental, transversal y sustantiva. La información se obtuvo de fuente primaria de 112 estudiantes con la técnica de la encuesta y los instrumentos Procrastination, assesment scale-students, y el Cuestionario de estrés académico. Se llegó a los siguientes resultados: El estrés es de nivel medio y la procrastinación académica también es de nivel medio, la correlación entre las variables es significativa, baja y directa.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

1 Técnicas, instrumentos y materiales de verificación.

1.1 Técnica

Se utilizó la técnica de la encuesta para la recolección de datos de ambas variables.

1.2. Instrumentos

Los instrumentos utilizados para investigar la variable procrastinación fue la Escala de procrastinación académica de Busko D.A, y para la variable estrés académico fue el Inventario SISCO del estrés académico. En seguida se describe cada uno de ellos.

1.2.1 Instrumento Escala de procrastinación académica (EPA)

a. Ficha técnica de la escala de procrastinación académica de Busko D.A

- Adaptación: Álvarez (2010)
- Nombre de los autores: Busko (1998)
- Procedencia: Canadá
- Adaptación: Álvarez (2010) en Lima
- Aplicación: Colectiva o individual
- Duración: 8 a 12 minutos
- Finalidad: Medir los niveles de procrastinación en la vida académica.
- Forma de Calificación: Este instrumento se mide con una escala de Likert conformado por 16 ítems, donde sus respuestas se puntúan de 1 a 5 (nunca: 1, pocas veces: 2, a veces: 3, casi siempre: 4, siempre: 5). Además, presentan ítems invertidos (2, 4, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 14, 15) cuya puntuación es de manera invertida.
- Dimensiones del instrumento:

La dimensión autorregulación académica: es conceptualizada como un proceso activo donde los estudiantes proponen sus logros de aprendizaje, donde tratan de conocer, regular y controlar sus comportamientos, motivaciones y cogniciones, para así poder

alcanzar sus objetivos. Esta dimensión consta de los siguientes ítems: 2, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 14 y su calificación se da de manera invertida.

La dimensión postergación de actividades se refiere al aplazamiento de actividades que requieren su realización de manera prioritaria, frente a otras actividades de ocio que no requieren atención. Esta dimensión consta de los siguientes ítems 1, 8, 9, cabe mencionar que se eliminaron ítems mediante juicio de expertos (3, 4, 15, 16). (Valle et al., 2008),

- Los baremos del instrumento está tipificado de la siguiente manera; baja (12-18), media (18 - 44) y alta (45-60)
- Validación y confiabilidad: el análisis psicométrico se observa que los ítems fluctúan entre 0.31 (ítem 7) y 0.54 (ítem 9), los cuales son estadísticamente significativos y superan el criterio de ser mayores de 0.20 (Kline, 1995), por lo que todos los ítems son aceptados. En el caso de la confiabilidad se observa que el coeficiente de consistencia interna Alfa de Cronbach asciende a 0.80, lo que permite concluir que la EPA presenta confiabilidad.

b. Confiabilidad del instrumento Escala de procrastinación académica de Busco D.A

La confiabilidad actual del instrumento escala de procrastinación académica se ha medido con el estadígrafo alfa de Cronbach. En el análisis se obtuvo α : 0,752 que corresponde a confiabilidad aceptable para la investigación, por tanto, los resultados obtenidos con este instrumento son fiables. Las evidencias de este resultado se encuentran en el anexo 2.

c. Validación de instrumento

El instrumento Escala de procrastinación académica (EPA) de Busco fue validado por Álvarez (2010) en la ciudad de Lima-Perú; sin embargo, este instrumento recibió numerosas validaciones en el contexto peruano, uno de las últimas validaciones lo realizó Polo (2022) por juicio de expertos de la Universidad Nacional de Cajamarca en la tesis titulada “Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios, Cajamarca, 2022”.

En esta investigación se utilizó el instrumento sin validación previa apoyado en las múltiples validaciones que ya antes se realizaron.

1.2.2 Instrumento Inventario de estrés académico

a. Ficha técnica del Inventario SISCO de estrés académico

- Nombre: Inventario SISCO del Estrés Académico
- Autor: Arturo Barraza Macías (2008)
- Adaptación Peruana: Puestas, et al. (2010)

- Estructura: Integrado por 32 ítems: Un ítem, planteado en términos dicotómicos para determinar si el encuestado es apto o no a contestar el inventario. Un ítem planteado en escalamiento tipo Likert de cinco valores numéricos (de 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho). Nueve ítems en un escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales. Quince ítems en un escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales. Ocho ítems en un escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales. Los 32 últimos ítems mencionados son la estructura principal del instrumento.
- Categorización: Los valores categoriales son nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre.
- Administración: Individual o colectiva.
- Duración: Su aplicación dura entre 10 y 15 minutos.
- Objetivos: Establecer los niveles e intensidad del estrés académico que sufren los estudiantes de niveles medio, medio superior y superior, que en edades cronológicas se establecería desde los 12 años de edad hacia adelante, según menciona el propio autor Antonio Barraza Macías. Así como, los principales eventos considerados estresores, los síntomas y las estrategias de afrontamiento que utilizan los estudiantes.

b. Confiabilidad del instrumento Inventario de estrés académico

La confiabilidad de este instrumento se ha evaluado con el estadígrafo Alfa de Cronbach. La confiabilidad global para los 32 elementos del instrumento es α : 0,865, esto, según el criterio expuesto por Huacac (2020) corresponde a confiabilidad alta, es así que los resultados obtenidos con este instrumento son fiables. Las evidencias de este resultado se encuentran en el anexo 2.

c. Validación de instrumento

El instrumento Inventario SISCO de Estrés Académico fue validado en el Perú por Puestas et al. (2010), posteriormente recibió múltiples validaciones. Algunas de las últimas validaciones se realizaron por juicio de expertos con Polo (2022), Álvarez, y Cerrón (2020) en la investigación realizada en la Universidad Continental, sede Huancayo. El instrumento Inventario de estrés académico se aplicó a la muestra apoyado en estos trabajos de adaptación y validación realizadas en el contexto peruano.

2. Cuadro de coherencia de las variables

Variable	Dimensiones	Items	Escala y valores	Rango
Variable 1: Procrastinación (12)	Autoregulación académica	2, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 14	Siempre (S): 5. Casi siempre (CS): 4. A veces (AV): 3. Casi nunca (CN): 2. Nunca (N): 1.	Alto (45-60). Medio (29-44). Bajo (12-28).
	Postergación de actividades	1,8,9		
Variable 2: Estrés académico (32)	Estresores	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9,	Siempre (S): 5. Casi siempre (CS): 4. A veces (AV): 3. Rara vez (RV): 2. Nunca (N): 1.	Superior (118-160). 76-117 (medio superior). Medio (32-75).
	Síntomas y reacciones	Reacciones físicas (10, 11, 12, 13, 14, 15). Reacciones psicológicas (16, 17, 18, 19, 20). Reacciones comportamentales (21, 22, 23, 24).		
	Estrategias de afrontamiento	25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32.		

3. Campo de Verificación

3.1 Ubicación espacial

La investigación se realizó en una Universidad Privada de Arequipa, ubicada en el distrito de Yanahuara, en la provincia de Arequipa, de la región Arequipa en el Perú.

3.2 Ubicación temporal

Los instrumentos de la presente investigación se aplicaron a los estudiantes del primer y segundo año en el año 2019.

3.3 Unidades de estudio

a. Unidad de estudio

La unidad de estudio lo constituye cada uno de los y las estudiantes del primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa del año 2019.

b. Población de estudio

La población lo constituyen los 310 estudiantes del primer y segundo año de la facultad de ciencias e ingenierías físicas y formales de una Universidad Privada de Arequipa del segundo semestre del año 2019.

Criterios de inclusión. En este estudio sí participaron:

- Los estudiantes varones y mujeres del semestre par del primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019.

Criterios de exclusión. En este estudio no participaron:

- Los estudiantes del semestre impar del primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales.
- Los estudiantes que no deseen participar contestando voluntariamente las fichas de encuesta.

Dado que los estudiantes se encuentran distribuidos por aulas resultaría antipedagógico excluir a algunos, por esta razón, ‘a criterio del investigador’ (Hernández-Sampieri, y Mendoza, 2018) se decidió aplicar el estudio en todos los estudiantes que deseen participar voluntariamente, por eso se llama investigación en población censal (Hernández-Sampieri, y Mendoza, 2018), por tanto, no hay muestra ni muestreo. Los sujetos de estudio son los 310 estudiantes del primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019.

Población de estudio según carrera

Carrera	f	%
Ingeniería de sistemas	34	11
Ingeniería electrónica	21	7
Ingeniería industrial	117	37
Ingeniería mecánica	36	12
Ingeniería mecánica-mecánica eléctrica y mecatrónica	62	20
Ingeniería de minas	40	13
Total	310	100

Como se observa la población según carrera, del total de estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 37% es de ingeniería industrial, el 20% de ingeniería mecánica-mecánica eléctrica y mecatrónica, el 13% de ingeniería de minas, el 12% de ingeniería mecánica, el 11% de ingeniería de sistemas y el 7% restante de ingeniería electrónica.

Población de estudio según edad

Edad	f	%
Menos de 19 años	180	58
De 19 a 20 años	122	39
Más de 21 años	8	3
Total	310	100

Como se observa la población por edad, del total de estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 58% tienen menos de 19 años, el 39% de 19 a 20 y el 3% más de 20 años.

Población de estudio según sexo

Según	f	%
Femenino	201	65
Masculino	109	35
Total	310	100

Como se observa la población por sexo, del total de estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 65% es de sexo femenino y el 35% del sexo masculino.

4. Estrategias de recolección de datos

Ante todo, se implementó los instrumentos para la evaluación de ambas variables, se hizo la prueba piloto y se determinó el grado de confiabilidad de los instrumentos, también se verificó que los instrumentos tuvieran adecuada validez gracias a la validación realizada en estudios recientes.

Se solicitó permiso de aplicación de instrumentos al director de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa. La solicitud fue aceptada y se precisó las fechas, horarios y ambientes de aplicación de instrumentos.

El día indicado se tenía fotocopiadas las fichas de encuesta, se instruyó a los docentes para el encuestado y se realizó el encuestado a todos los estudiantes previa explicación del objetivo del estudio, clarificando los ítems con dificultad de comprensión y respetando la participación libre y anónima. Asimismo, se solicitó la participación sincera a cada ítem.

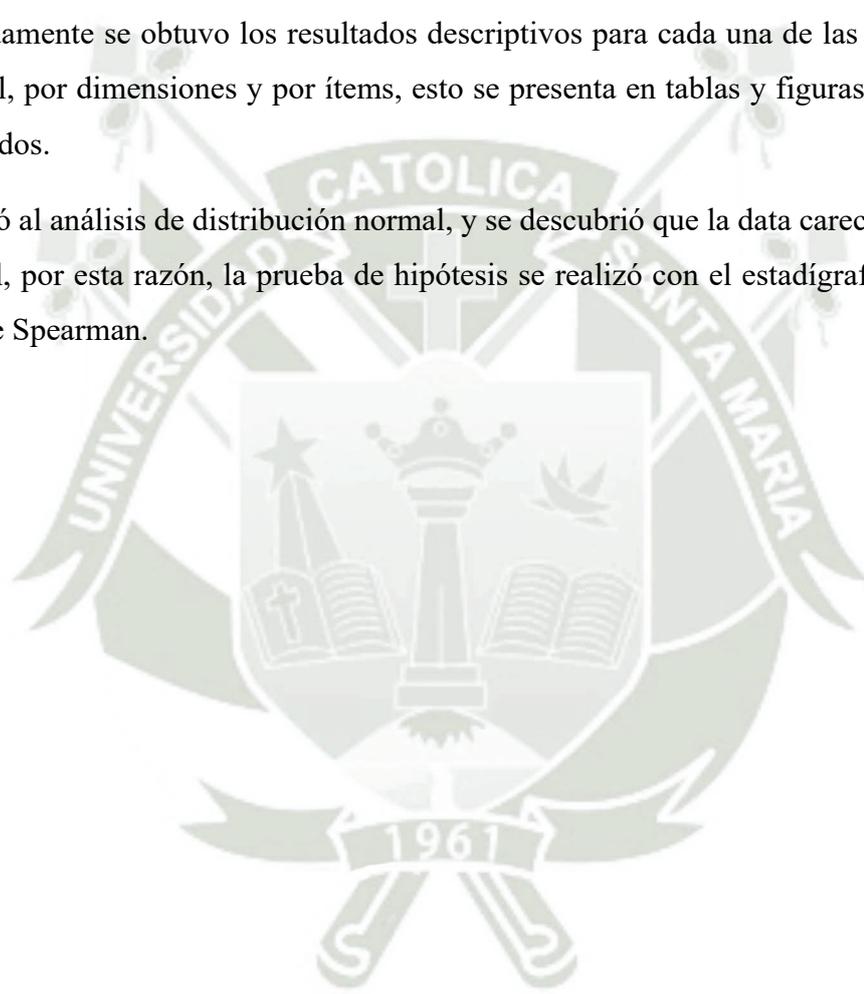
Una vez respondidos todos los ítems se recogió las fichas y se agradeció la participación.

5. Estrategias de análisis de resultados

Una vez concluido el encuestado se hizo la revisión de las fichas de encuesta. Se eliminó las fichas dañadas y no contestadas, a las buenas se las codificó y se ingresó la información al software spss-26 según la escala y valores indicados en el cuadro de coherencia de variables. Ya en el software se agrupó y categorizó la información de cada variable a nivel general y por dimensiones según los rangos que se exponen en el cuadro de coherencia.

Seguidamente se obtuvo los resultados descriptivos para cada una de las variables, a nivel general, por dimensiones y por ítems, esto se presenta en tablas y figuras en el capítulo de resultados.

Se pasó al análisis de distribución normal, y se descubrió que la data carecía de distribución normal, por esta razón, la prueba de hipótesis se realizó con el estadígrafo no paramétrico Rho de Spearman.



CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

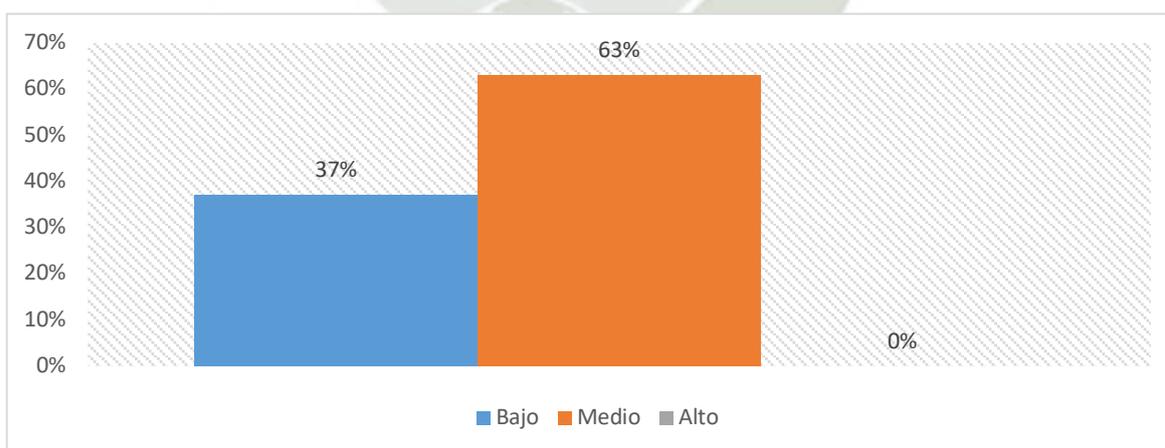
En seguida se presenta los resultados comenzando por la descripción de la población según sus características sociodemográficas, se sigue con la presentación de los resultados conforme a la exigencia de los objetivos específicos y finalizando en el objetivo general.

1. Variable procrastinación

Tabla 1
Niveles de procrastinación académica

Nivel	Rango	f	%
Bajo	12 a 28	115	37
Medio	29 a 44	195	63
Alto	45 a 60	0	0
Total		310	100

Figura 1. Niveles de procrastinación académica



De la tabla 1 y figura 1, variable procrastinación, se observa que, del total de estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 63% está en un nivel medio y el 37% en un nivel bajo de procrastinación.

Este hallazgo tiene su similar en el hallazgo obtenido por Valdivia (2019) en estudiantes universitarios de la UNSA, donde por una abrumadora mayoría se impone el nivel medio de estrés académico. Asimismo, Nagamine (2017) y Polo (2020) indican que, en los estudiantes universitarios de Lima y Cajamarca, respectivamente, encontraron nivel medio de procrastinación académica.

Es decir, la procrastinación de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa es bastante pronunciado, esto significa que hay bajo nivel de autorregulación, retraso irracional de las responsabilidades académicas, y posposición voluntaria de las actividades.

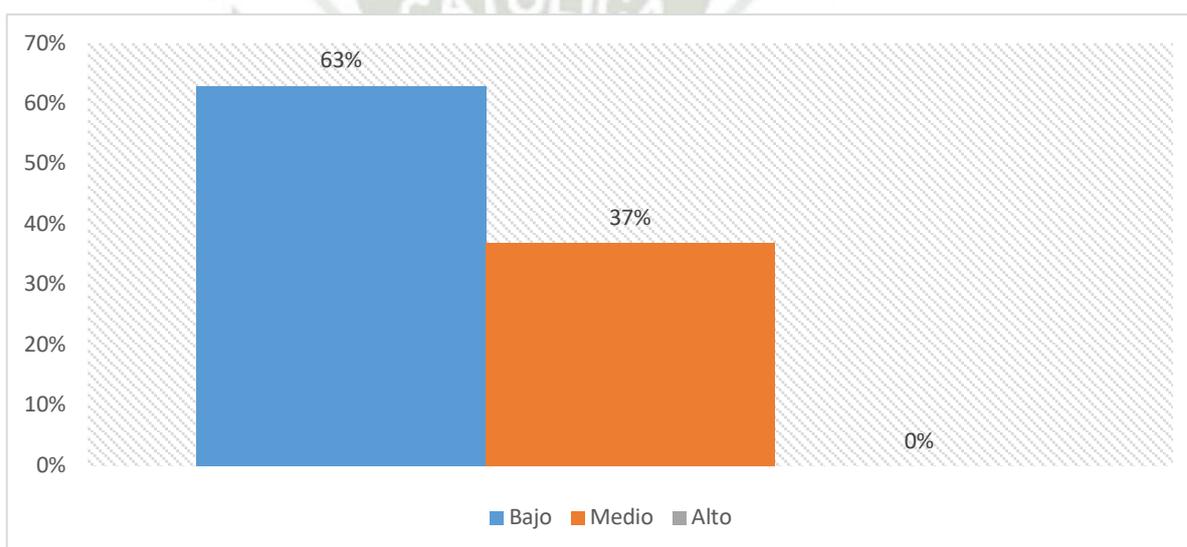


Tabla 2

Dimensión de autorregulación académica a nivel general

Nivel	Rango	f	%
Bajo	9 a 21	196	63
Medio	22 a 33	114	37
Alto	34 a 45	0	0
Total		310	100

Figura 2. Dimensión de autorregulación académica a nivel general



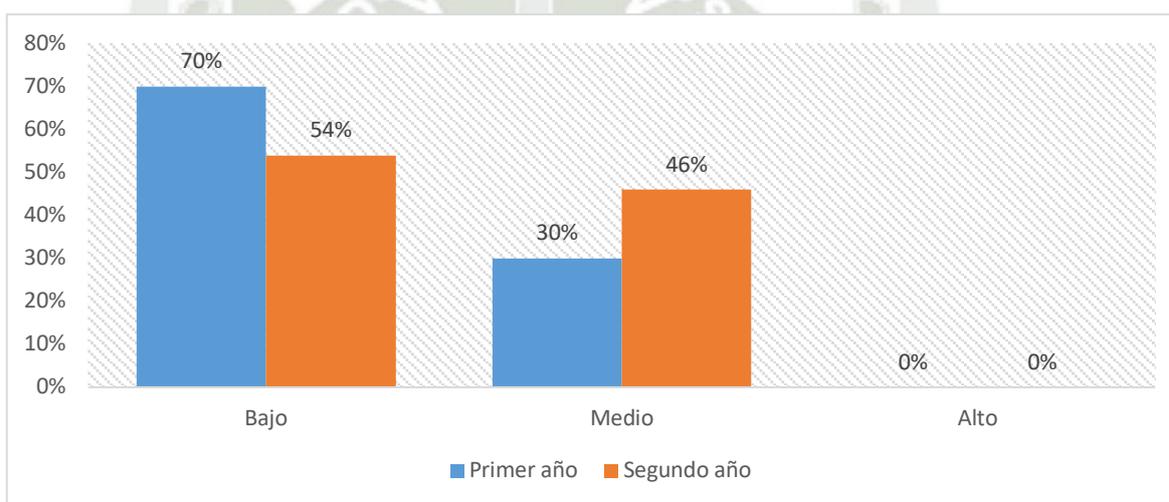
De la tabla 2 y figura 2, dimensión autorregulación académica de la variable procrastinación, se observa que, del total de estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 63% es de nivel bajo, el 37% es de nivel medio y el 0% es de nivel alto en autorregulación académica.

Por lo tanto, sobre la autorregulación académica de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, que se refiere al proceso activo en el que los estudiantes establecen sus objetivos principales de aprendizaje y a lo largo de este, tratan de conocer, controlar y regular sus cogniciones, motivaciones y comportamientos para poder alcanzar sus objetivos. Infiriendo de los resultados más del 50% se encuentran en un nivel bajo para autorregular la procrastinación.

Tabla 3
Dimensión autorregulación académica según año de estudios

Nivel	Rango	Primer año		Segundo año	
		f	%	f	%
Bajo	9 a 21	127	70	69	54
Medio	22 a 33	55	30	59	46
Alto	34 a 45	0	0	0	0
Total		182	100	128	100

Figura 3. Dimensión autorregulación académica según año de estudios.



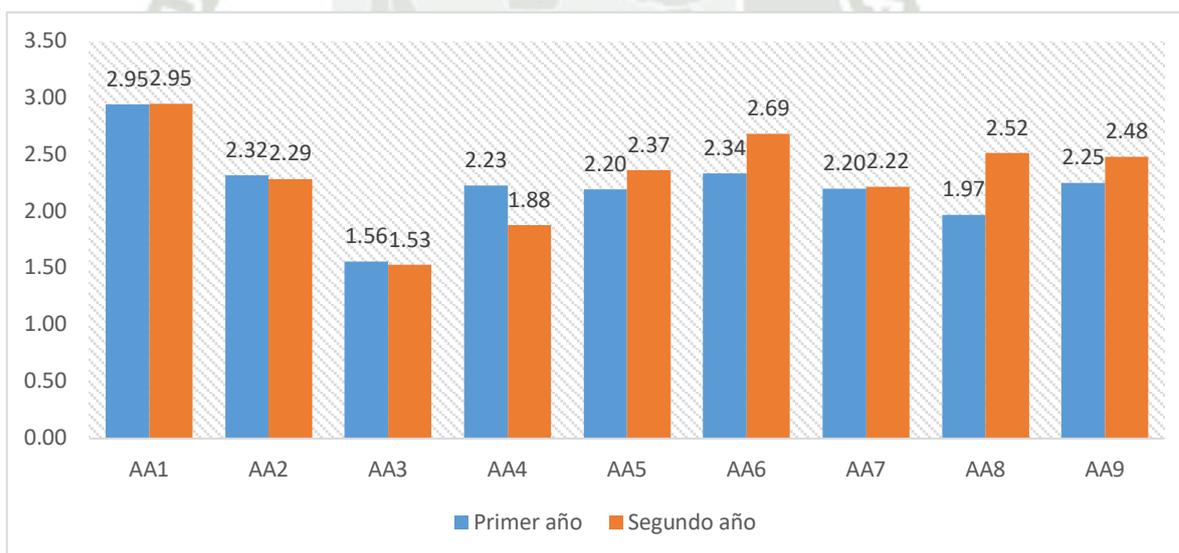
De la tabla 3 y figura 3, dimensión autorregulación académica según el año de estudios de la variable procrastinación, se observa que, del total de estudiantes de primer año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 70% está en un nivel bajo y el 30% en un nivel medio de autorregulación académica. Así mismo del total de estudiantes del segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 54% está en un nivel bajo y el 46% en un nivel medio de autorregulación académica. Por tanto, la autorregulación académica de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, se observa que los estudiantes de segundo año se encuentran en un mejor nivel en su autorregulación académica.

Tabla 4

Dimensión de autorreguladores académicos según año de estudios

	Primer año	Segundo año
	Puntaje medio	Puntaje medio
Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes	2.95	2.95
Trato de buscar ayuda	2.32	2.29
Asisto regularmente a clases	1.56	1.53
Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible	2.23	1.88
Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio	2.20	2.37
Invierto tiempo para estudiar	2.34	2.69
Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio	2.20	2.22
Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra	1.97	2.52
Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas	2.25	2.48

Figura 4. Dimensión de autorreguladores académicos según año de estudios



De la tabla 4 y figura 4, Autorreguladores académicos según el año de estudios de la variable procrastinación, se observa que, del total de estudiantes de primer año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el

prepararse por adelantado para los exámenes es el principal autorregulador académico, seguido del invertir tiempo para estudiar.

Del total de estudiantes de segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019, prepararse por adelantado para los exámenes es el principal autorregulador académico, así como el invertir tiempo para estudiar.

Es decir, sobre los Autorreguladores académicos de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019, predomina prepararse por adelantado a los exámenes e invertir tiempo para estudiar.

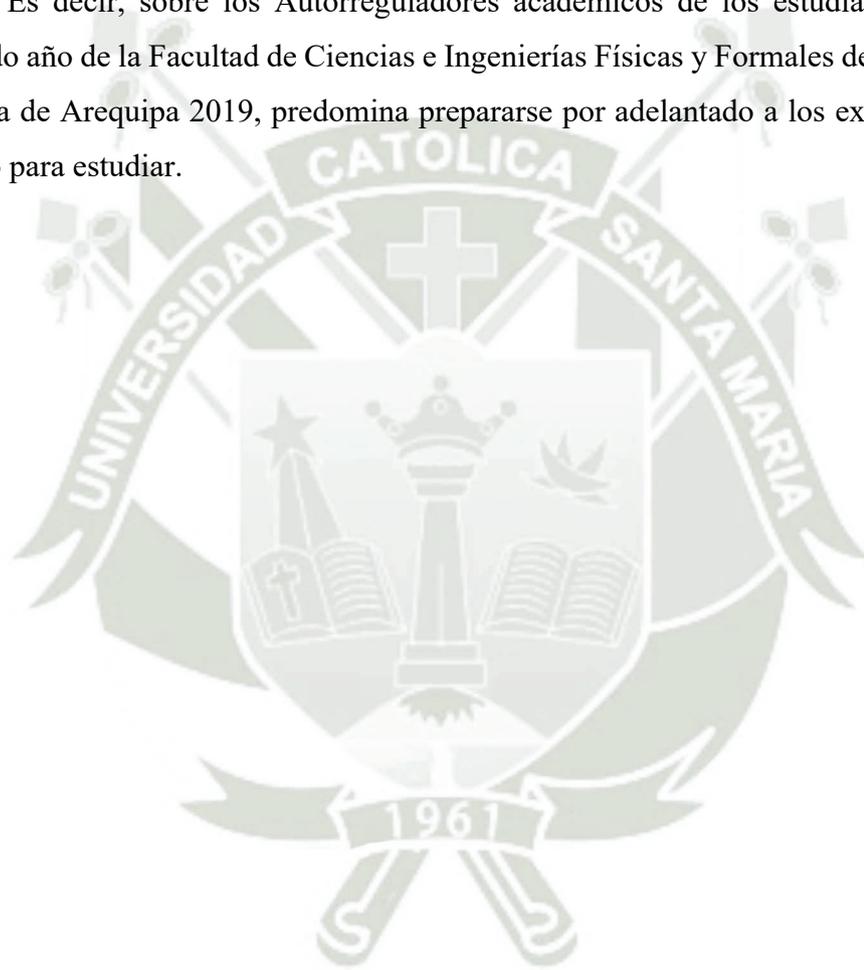
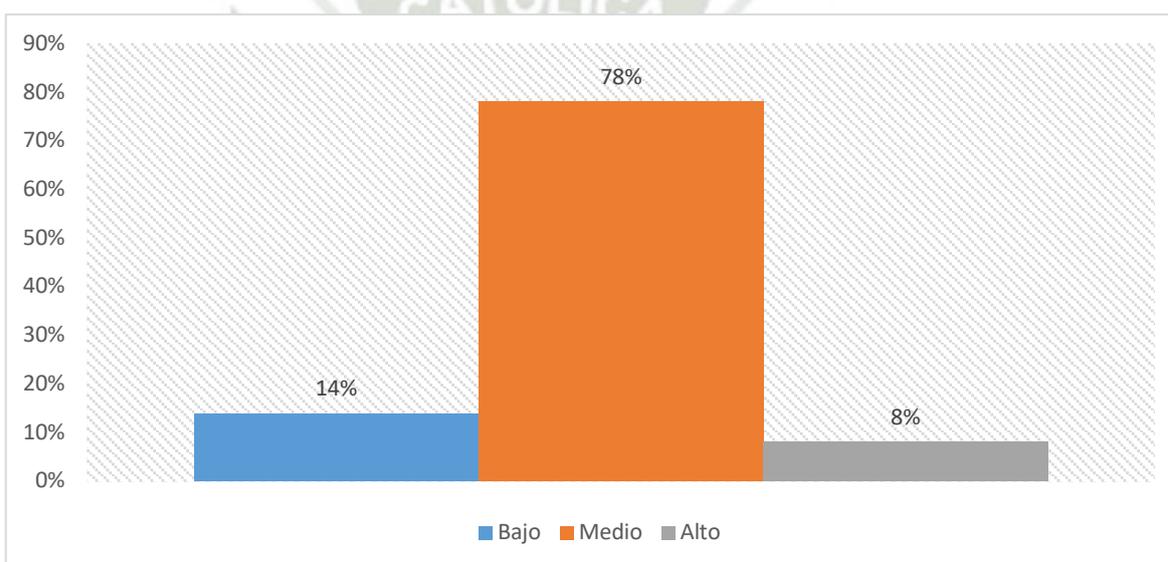


Tabla 5

Dimensión de postergación de actividades

Nivel	Rango	f	%
Bajo	3 a 7	42	14
Medio	8 a 11	242	78
Alto	12 a 15	26	8
Total		310	100

Figura 5. Dimensión de postergación de actividades



De la tabla 5 y figura 5, dimensión postergación de actividades de la variable procrastinación, se observa que, del total de estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019, el 78% está en un nivel medio, el 14% en un nivel bajo y el 8% en un nivel alto de postergación de actividades.

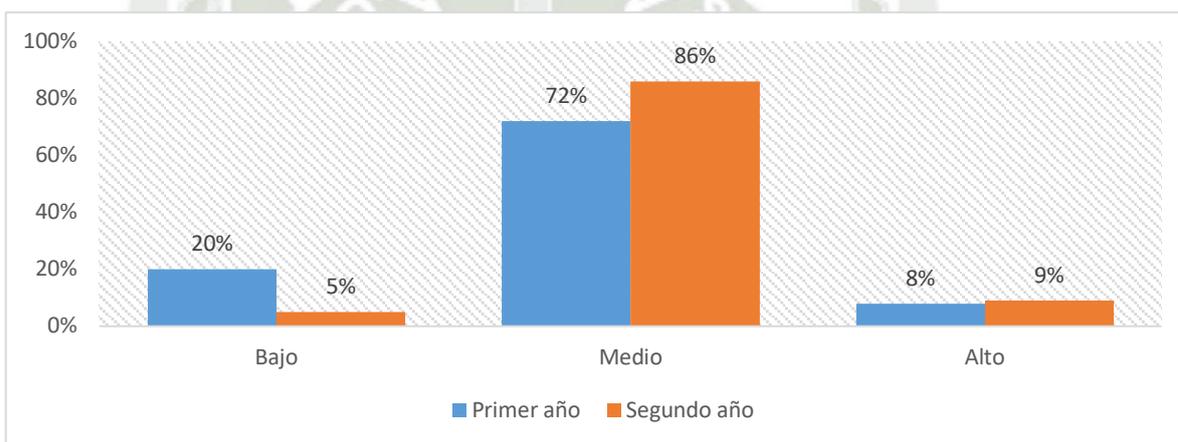
Es decir, sobre la postergación de actividades de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019, que se refiere a la decisión intencional, que sucede de manera muy rápida, y conlleva a posponer sin necesidad, o a dejar incompleta alguna meta o tarea que la persona se había propuesto realizar, se encuentra en un nivel medio.

Tabla 6

Dimensión de postergación de actividades según año de estudios

Nivel	Rango	Primer año		Segundo año	
		f	%	f	%
Bajo	3 a 7	36	20	6	5
Medio	8 a 11	132	72	110	86
Alto	12 a 15	14	8	12	9
Total		182	100	128	100

Figura 6. Dimensión de postergación de actividades según año de estudios.



De la tabla 6 y figura 6, dimensión postergación de actividades según el año de estudios de la variable procrastinación, se observa que, del total de estudiantes de primer año de estudios de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019, el 72% está en un nivel medio, el 20% en un nivel bajo y el 8% en un nivel alto de postergación de actividades.

Del total de estudiantes de segundo año de estudios de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019, el 86% está en un nivel medio, el 9% en un nivel alto y el 5% en un nivel bajo de postergación de actividades.

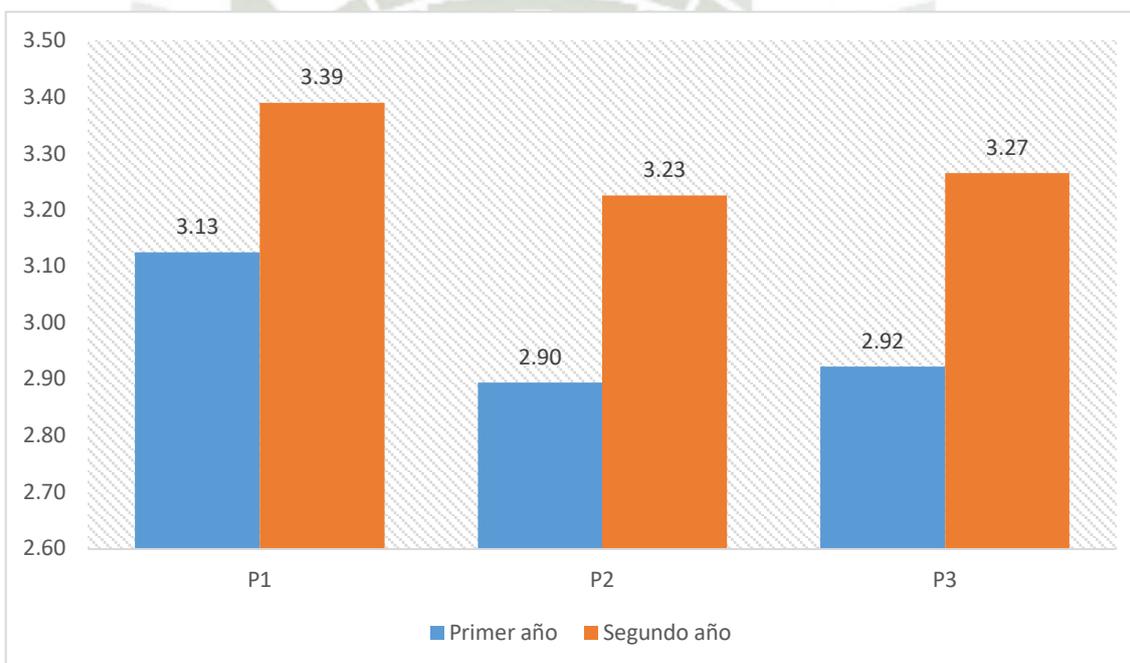
Es decir, sobre la postergación de actividades de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019, los estudiantes de segundo año tienden a postergar más sus actividades.

Tabla 7

Postergadores de actividades según año de estudios

Postergadores	Primer año	Segundo año
	Puntaje medio	Puntaje medio
Dejo para último minuto las tareas	3.13	3.39
Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan	2.90	3.23
Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan	2.92	3.27

Figura 7. Postergadores de actividades según año de estudios



De la tabla 7 y figura 7, Postergadores según el año de estudios de la variable procrastinación, se observa que, del total de estudiantes de primer año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019, dejar la tarea para el último minuto es el principal postergador que presentan con un puntaje promedio de 3.13.

Del total de estudiantes de segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019, así como en segundo año el dejar para último minuto las tareas es el principal postergador con un puntaje promedio de 3.39.

Es decir, sobre los postergadores de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, predomina prepararse el dejar para último minuto las tareas, siendo los de segundo año los que presentan un mayor promedio en este indicador.

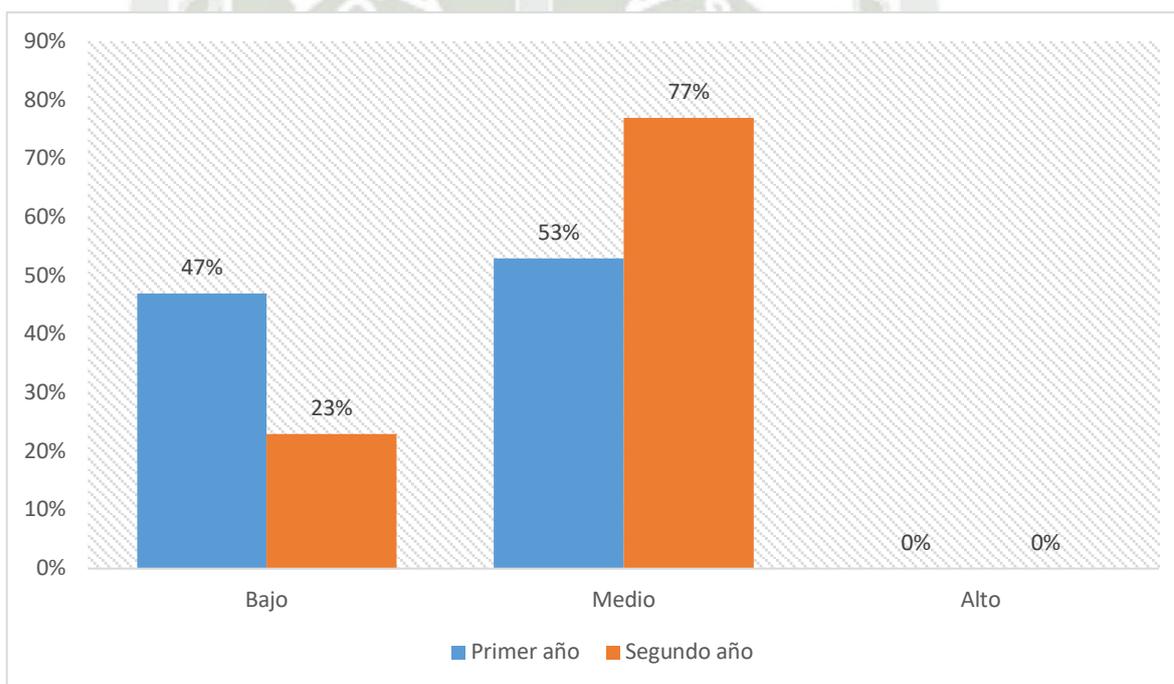


Tabla 8

Procrastinación según el año de estudios

Nivel	Rango	Primer año		Segundo año	
		f	%	f	%
Bajo	12 a 28	86	47	29	23
Medio	29 a 44	96	53	99	77
Alto	45 a 60	0	0	0	0
Total		182	100	128	100

Figura 8. Procrastinación según el año de estudios



De la tabla 8 y figura 8, variable procrastinación según el año de estudios, se observa que, del total de estudiantes de primer año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019, el 53% está en un nivel medio y el 47% en un nivel bajo de procrastinación.

Del total de estudiantes de segundo año de estudios de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019, el 77% está en un nivel medio y el 23% en un nivel bajo de procrastinación.

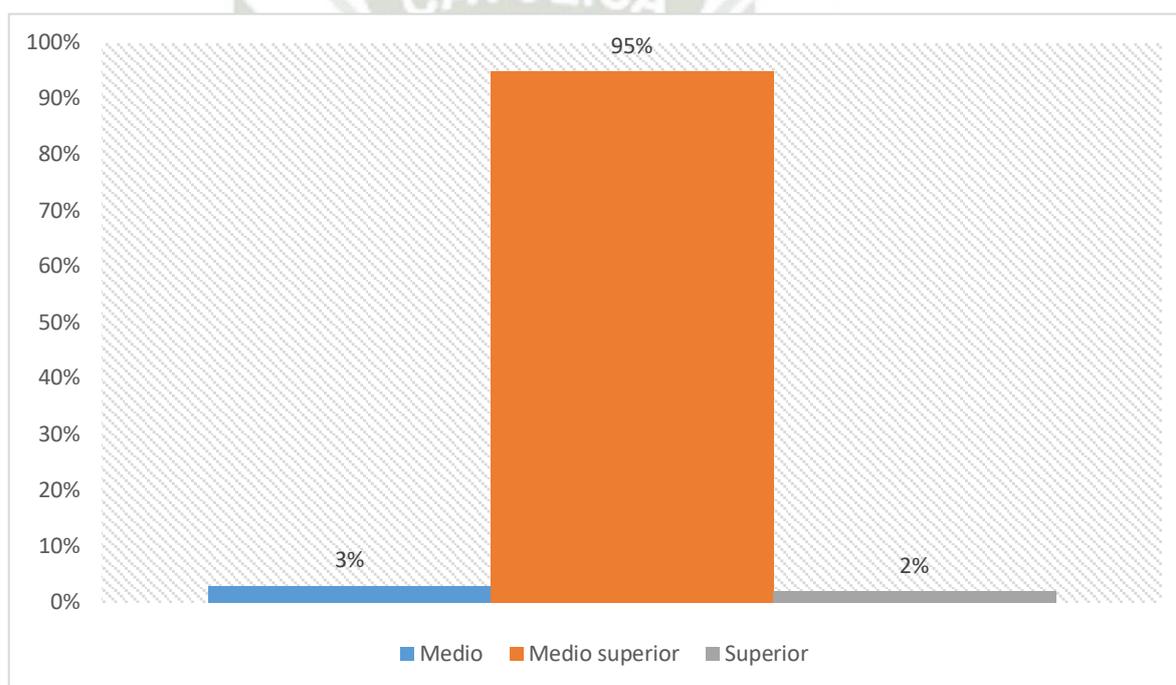
Es decir, sobre la procrastinación de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019, se encuentra en niveles medio en ambos años de estudios con mayor incidencia en los estudiantes de segundo año.



Tabla 9
Dimensión estresores académicos

Nivel	Rango	f	%
Medio	9 a 21	8	3
Medio superior	22 a 33	296	95
Superior	34 a 45	6	2
Total		310	100

Figura 9. Dimensión estresores académicos.



De la tabla 9 y figura 9, dimensión estresores de la variable estrés académico, se observa que, del total de estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 95% se encuentra en un nivel medio superior, el 3% en un nivel medio y el 2% restante en un nivel superior de estresores.

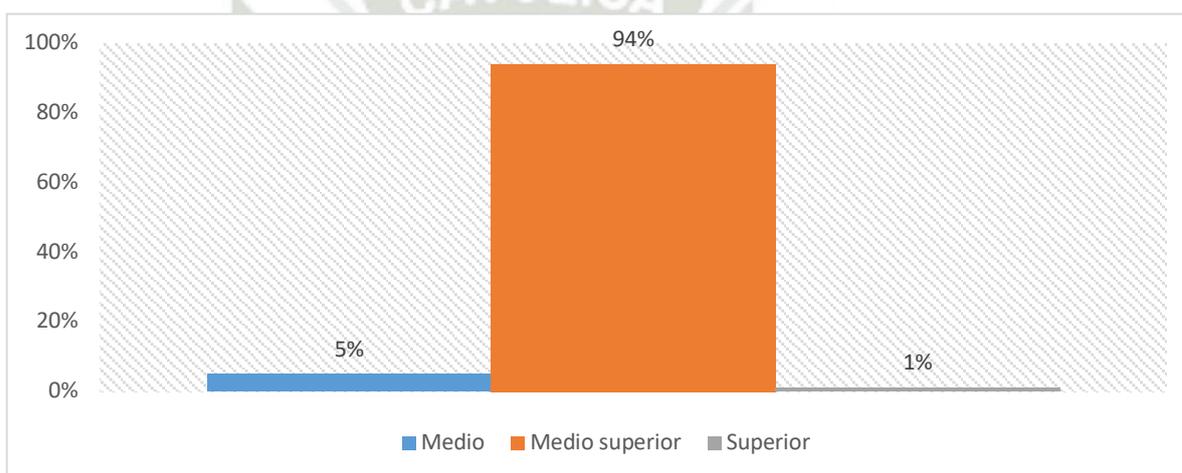
Es decir, sobre los estresores de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, que se refiere a aquellos factores que desencadenan el estrés en las personas y que puede estar relacionado a la parte interna como la externa de cada individuo, se presentan en un nivel medio superior.

Tabla 10

Dimensión síntomas/reacciones

Nivel	Rango	f	%
Medio	15 a 35	16	5
Medio superior	36 a 55	290	94
Superior	56 a 75	4	1
Total		310	100

Figura 10. Dimensión síntomas/reacciones



De la tabla 10 y figura 10, dimensión síntomas/reacciones de la variable estrés académico, se observa que, del total de estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 94% se encuentra en un nivel medio superior, el 5% en un nivel medio y el 1% restante en un nivel superior de síntomas/reacciones.

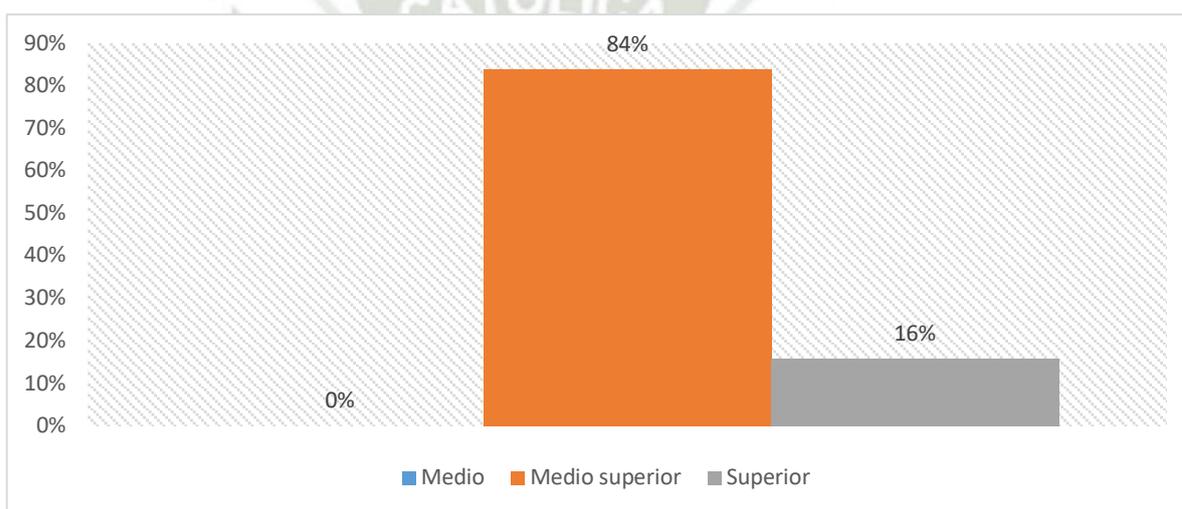
Es decir, sobre los síntomas/reacciones de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, que se refiere al conjunto de manifestaciones que se van sucediendo en la persona y que pueden ser señal de que puede estar padeciendo de estrés, se presentan en un nivel medio superior.

Tabla 11

Dimensión estrategias de afrontamiento

Nivel	Rango	f	%
Medio	8 a 19	1	0
Medio superior	20 a 29	260	84
Superior	30 a 40	49	16
Total		310	100

Figura 11. Dimensión estrategias de afrontamiento



De la tabla 11 y figura 11, dimensión estrategias de afrontamiento de la variable estrés académico, se observa que, del total de estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 84% se encuentra en un nivel medio superior y el 16% restante en un nivel superior de estrategias de afrontamiento.

Es decir, sobre las estrategias de afrontamiento de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, que se refiere a las actividades que una persona pone en ejecución, cognitiva como conductualmente, para enfrentarse a una determinada situación, se presentan en un nivel medio superior.

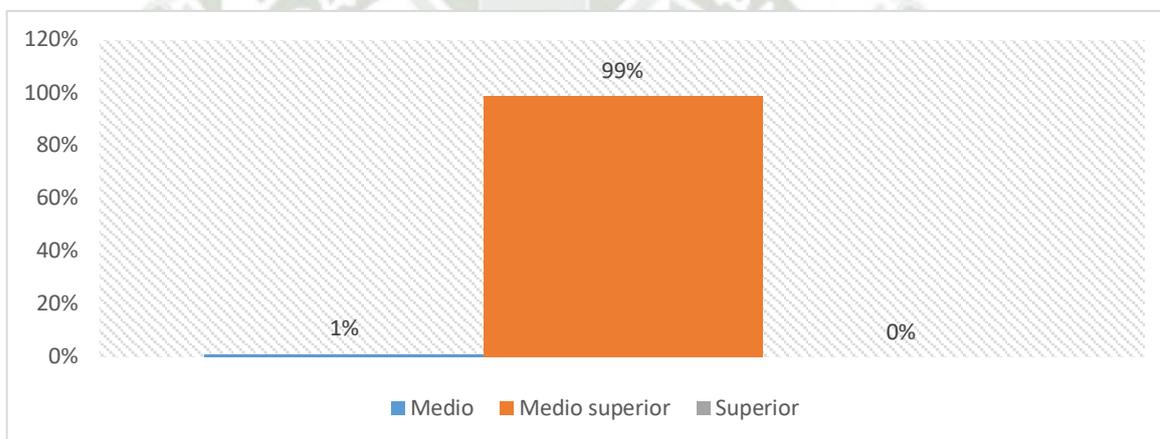
2. Variable estrés académico

Tabla 12

Estrés académico a nivel general

Nivel	Rango	f	%
Medio	32 a 75	2	1
Medio superior	76 a 117	307	99
Superior	118 a 160	1	0
Total		310	100

Figura 12. Estrés académico a nivel general



De la tabla 12 y figura 12, variable estrés académico, se observa que, del total de estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 99% se encuentra en un nivel medio superior y el 1% restante en un nivel medio de estrés académico.

Asimismo, Valdivia (2019), en estudiantes universitarios de la UNSA encontró nivel medio superior de estrés académico, esto significa que los estudiantes requieren un tratamiento profesional por un periodo de tiempo considerable hasta que desarrollen una buena capacidad resiliente frente al estrés académico. En cambio, Nagamine (2017) y Polo (2020) encontraron estrés académico de nivel medio, lo que significa que el estrés sigue pronunciado, pero más llevadero que los hallazgos obtenidos en estudiantes del primer y

segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa.

Es decir, el estrés académico de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa es de nivel medio alto, esto es un resultado superior al de otros contextos, y requiere afrontarse positivamente a partir de los factores asociados o directamente controlando el estrés desarrollando mayor capacidad resiliente o enseñando métodos de afrontamiento a los estudiantes. Es importante que aprendan a ver el lado positivo de las responsabilidades se deben afrontar saludablemente.

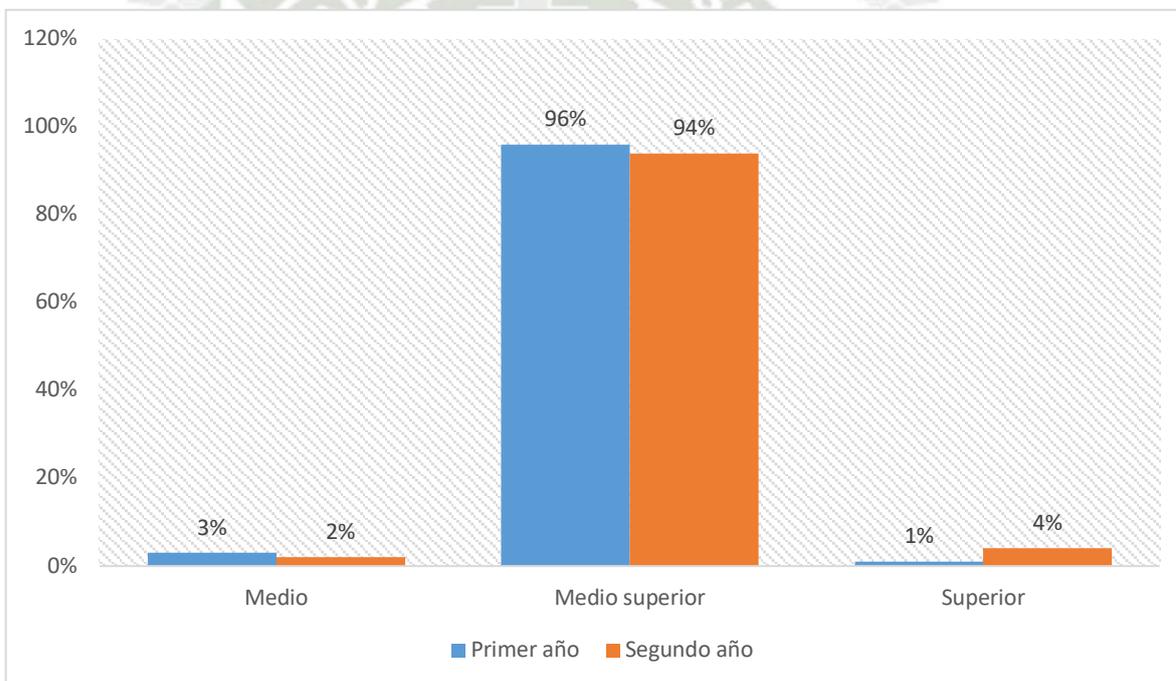


Tabla 13

Dimensión de estresores según año de estudios

Nivel	Rango	Primer año		Segundo año	
		f	%	f	%
Medio	9 a 21	5	3	3	2
Medio superior	22 a 33	176	96	120	94
Superior	34 a 45	1	1	5	4
Total		182	100	128	100

Figura 13. Dimensión de estresores según año de estudios.



De la tabla 13 y figura 13, dimensión estresores según año de estudios de la variable estrés académico, se observa que, del total de estudiantes de primer año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 96% se encuentra en un nivel medio superior, el 3% en un nivel medio y el 1% restante en un nivel superior de estresores.

Del total de estudiantes de segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 94% se encuentra en un nivel medio superior, el 4% en un nivel superior y el 2% restante en un nivel medio de estresores.

Es decir, sobre los estresores de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, los estudiantes de segundo año están sujetos a niveles más altos de estresores.

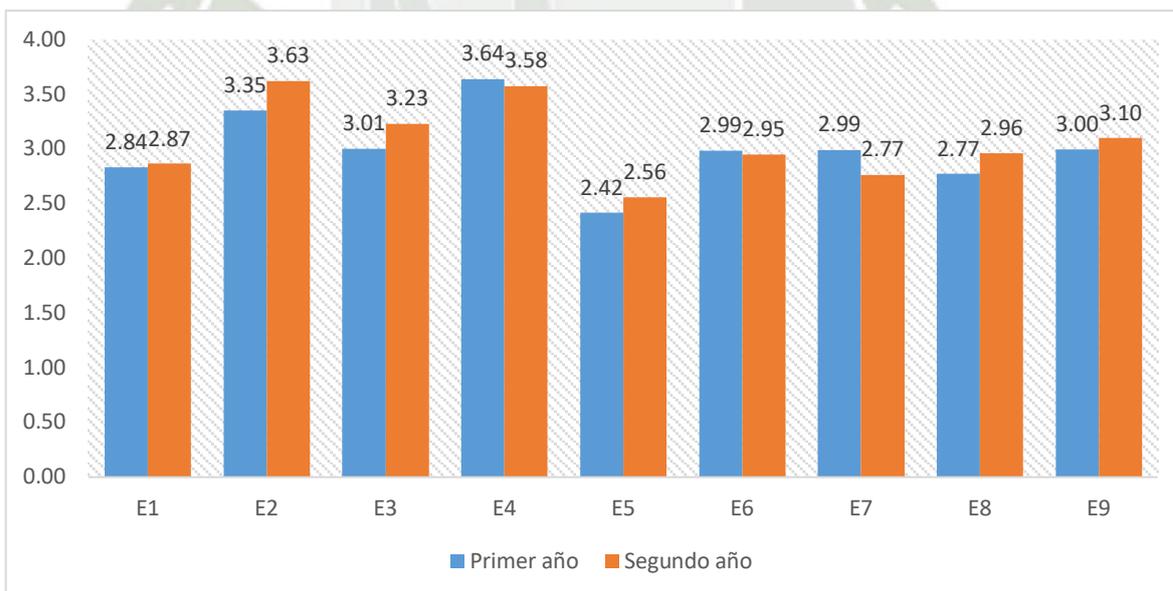


Tabla 14

Dimensión estresores según el año de estudios

Estresores	Primer año	Segundo año
	Puntaje medio	Puntaje medio
Competencia con los compañeros	2.84	2.87
Sobrecarga de tareas y trabajos	3.35	3.63
Personalidad y carácter del profesor	3.01	3.23
Las evaluaciones de los profesores	3.64	3.58
Problemas con el horario de clases	2.42	2.56
El tipo de trabajo que piden los profesores	2.99	2.95
No entender los temas que se abordan en la clase	2.99	2.77
Participación en clase	2.77	2.96
Tiempo limitado para hacer el trabajo	3.00	3.10

Figura 14. Dimensión de estresores según el año de estudios.



De la tabla 14 y figura 14, Estresores según el año de estudios de la variable estrés académico, se observa que, del total de estudiantes de primer año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, tienen por

principales estresores las evaluaciones de los profesores, la sobrecarga de tareas y trabajos, la personalidad y carácter del profesor.

Del total de estudiantes de segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, tienen por principales estresores la sobre carga de tareas y trabajos, las evaluaciones de los profesores, la personalidad y carácter del profesor y el tiempo limitado para hacer el trabajo.

Es decir, sobre los estresores de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, predomina las evaluaciones de los profesores como principal estresor, siendo los de primer año los que presentan un mayor promedio en este indicador; además de la sobrecarga de tareas y trabajos, siendo los de segundo año los más afectados en dicho indicador.

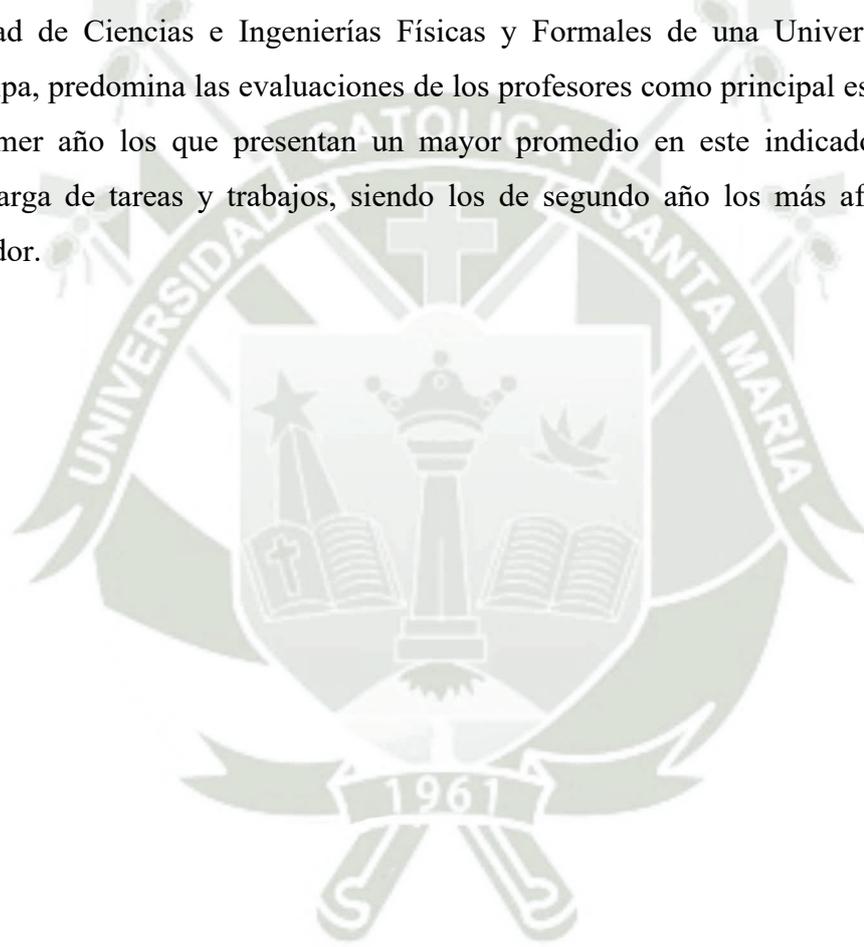
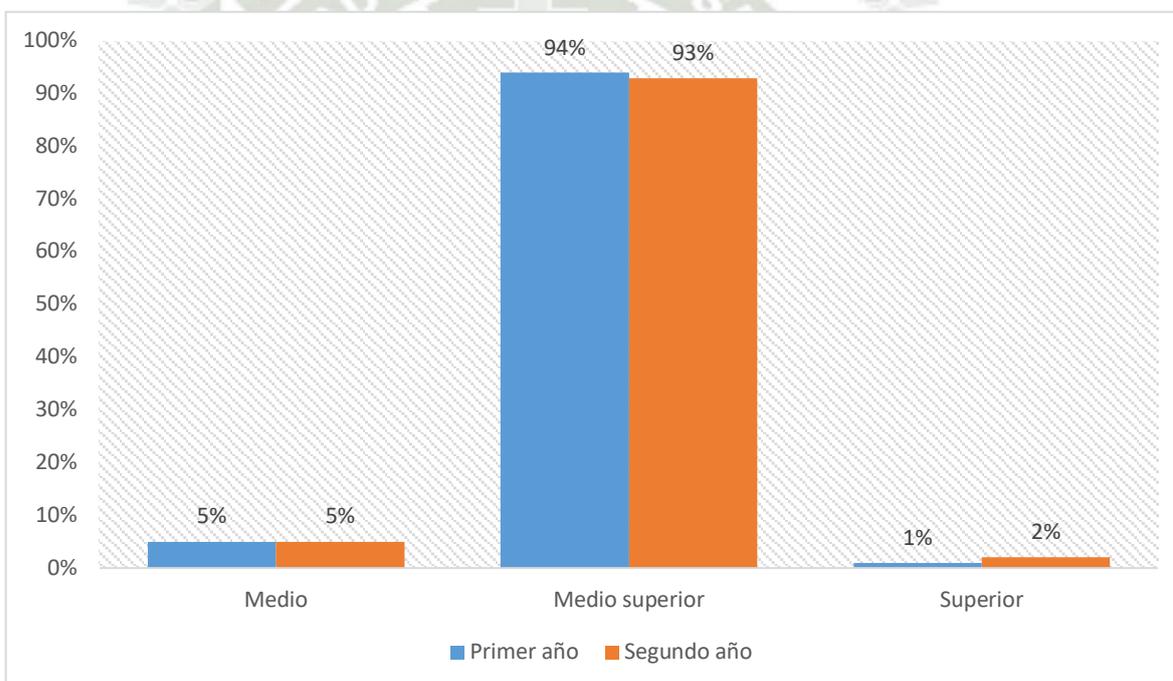


Tabla 15

Dimensión síntomas/reacciones según año de estudios

Nivel	Rango	Primer año		Segundo año	
		f	%	f	%
Medio	15 a 35	9	5	7	5
Medio superior	36 a 55	172	94	118	93
Superior	56 a 75	1	1	3	2
Total		182	100	128	100

Figura 15. Dimensión síntomas/reacciones según año de estudios.



De la tabla 15 y figura 15, dimensión síntomas/reacciones según año de estudios de la variable estrés académico, se observa que, del total de estudiantes de primer año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 94% se encuentra en un nivel medio superior, el 5% en un nivel medio y el 1% restante en un nivel superior de síntomas/reacciones.

Del total de estudiantes de segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 93% se encuentra en un nivel medio superior, el 5% en un nivel medio y el 2% restante en un nivel superior de síntomas/reacciones.

Es decir, sobre los síntomas/reacciones de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el estudiante de segundo año se encuentra parcialmente con mayores síntomas y reacciones estresores.

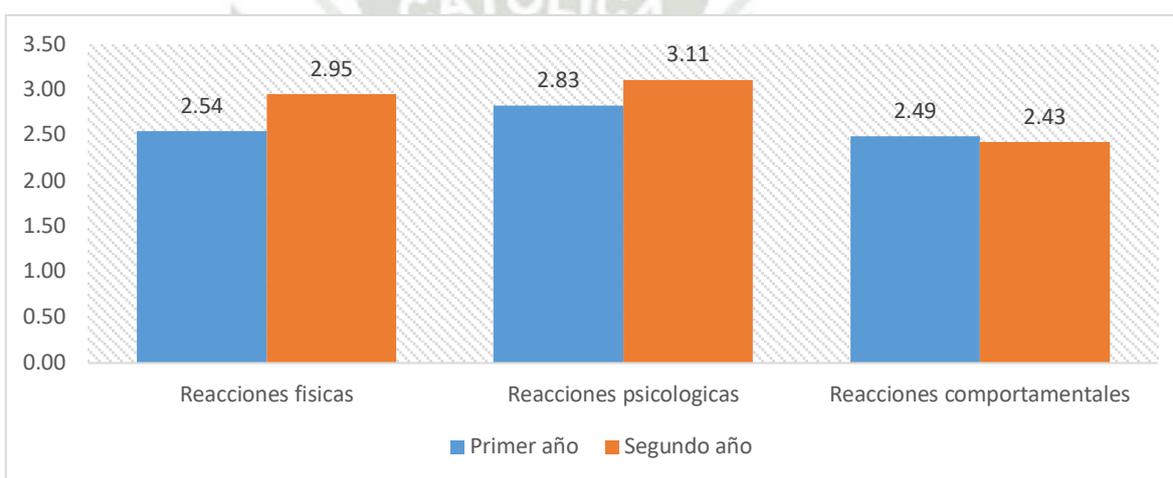


Tabla 16

Indicadores de la dimensión síntomas/reacciones según el año de estudios

Síntomas	Primer año	Segundo año
	Puntaje medio	Puntaje medio
Reacciones físicas	2.54	2.95
Reacciones psicológicas	2.83	3.11
Reacciones comportamentales	2.49	2.43

Figura 16. Indicadores de la dimensión síntomas/reacciones según el año de estudios



De la tabla 16 y figura 16, Síntomas/reacciones según el año de estudios de la variable estrés académico, se observa que, del total de estudiantes de primer año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, tienen por principales síntomas a los síntomas psicológicos.

Del total de estudiantes de segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, tienen por principales síntomas a los síntomas psicológicos.

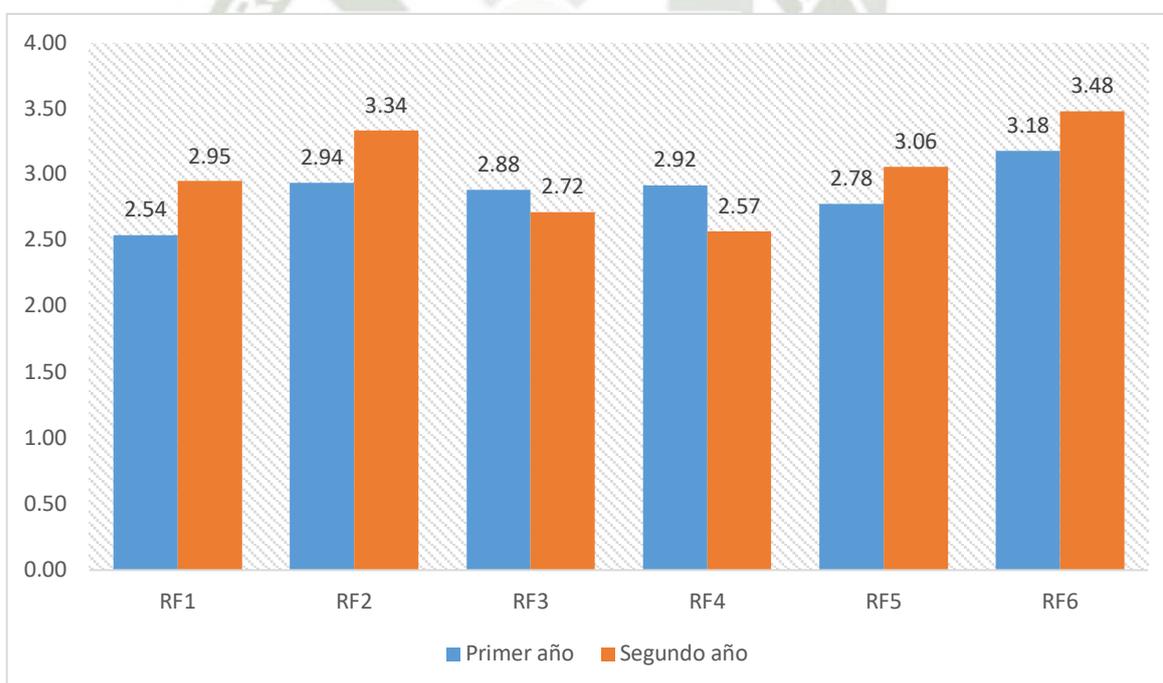
Es decir, sobre los síntomas/reacciones de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, predominan los síntomas o reacciones psicológicos producto del estrés académico, siendo los de segundo año los que presentan un mayor promedio en estos síntomas.

Tabla 17

Dimensión síntomas - reacciones físicas según año de estudios

Reacciones físicas	Primer año	Segundo año
	Puntaje medio	Puntaje medio
Trastornos en el sueño	2.54	2.95
Fatiga crónica	2.94	3.34
Dolores de cabeza o migrañas	2.88	2.72
Problemas de digestión	2.92	2.57
Rascarse, morderse uñas	2.78	3.06
Somnolencia	3.18	3.48

Figura 17. Dimensión síntomas - reacciones físicas según año de estudios



De la tabla 17 y figura 17, Síntomas/reacciones físicas según el año de estudios de la variable estrés académico, se observa que, del total de estudiantes de primer año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, tienen por principales síntomas físicos la somnolencia y la fatiga crónica.

Del total de estudiantes de segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, tienen por principales síntomas físicos la somnolencia, la fatiga crónica, rascarse y morderse uñas.

Es decir, sobre los síntomas/reacciones físicas de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, predominan la somnolencia y la fatiga crónica, siendo los de segundo año los que presentan un mayor promedio en estos síntomas.

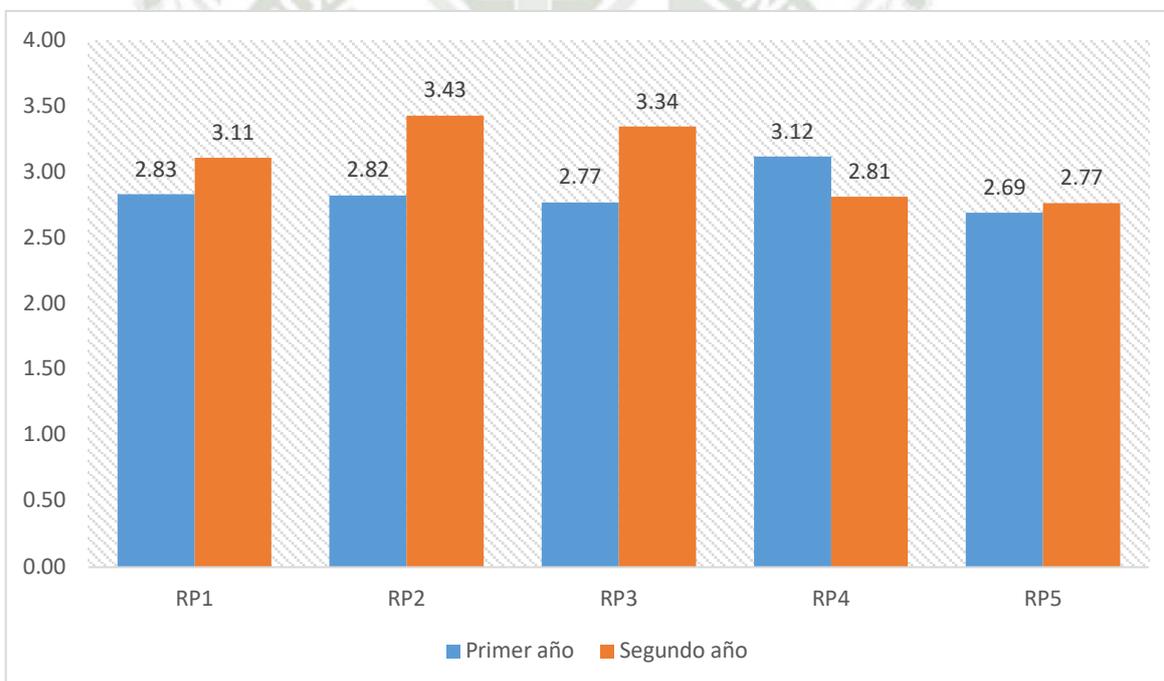


Tabla 18

Dimensión síntomas - reacciones psicológicas según año de estudios

Reacciones psicológicas	Primer año	Segundo año
	Puntaje medio	Puntaje medio
Inquietud	2.83	3.11
Sentimientos de depresión y tristeza	2.82	3.43
Ansiedad, angustia	2.77	3.34
Problemas de concentración	3.12	2.81
Sentimiento de agresividad	2.69	2.77

Figura 18. Dimensión síntomas - reacciones psicológicas según año de estudios



De la tabla 18 y figura 18, Síntomas/reacciones psicológicas según el año de estudios de la variable estrés académico, se observa que, del total de estudiantes de primer año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, tienen por principales síntomas psicológicos los problemas de concentración.

Del total de estudiantes de segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, tienen por principales síntomas psicológicos los sentimientos de depresión y tristeza, la ansiedad y angustia y por último inquietud.

Es decir, sobre los síntomas/reacciones psicológicas de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, predominan sentimientos de depresión y tristeza, ansiedad y angustia, siendo los de segundo año los que presentan un mayor promedio en estos síntomas.

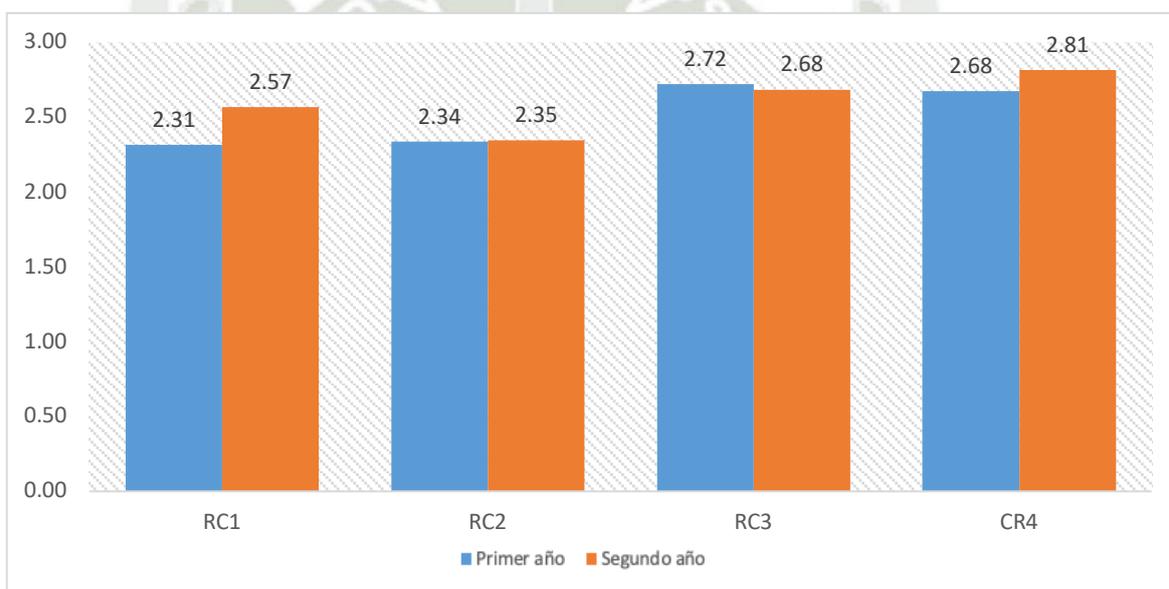


Tabla 19

Dimensión síntomas - reacciones comportamentales según año de estudios

Reacciones comportamentales	Primer año	Segundo año
	Puntaje medio	Puntaje medio
Conflictos o tendencia a polémica	2.49	2.43
Aislamiento de los demás	2.46	2.48
Desgano	2.88	2.63
Aumento o reducción de consumo de alimentos	2.88	3.39

Figura 19. Dimensión síntomas - reacciones comportamentales según año de estudios



De la tabla 19 y figura 19, Síntomas/reacciones comportamentales según el año de estudios de la variable estrés académico, se observa que, del total de estudiantes de primer año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, tienen por principales síntomas comportamentales el desgano y el aumento o reducción de consumo de alimentos.

Del total de estudiantes de segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, tienen por principal síntoma comportamental el aumento o reducción de consumo de alimentos.

Es decir, sobre los síntomas/reacciones psicológicas de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, predominan el aumento o reducción de consumo de alimentos, siendo los de segundo año los que presentan un mayor promedio en estos síntomas.

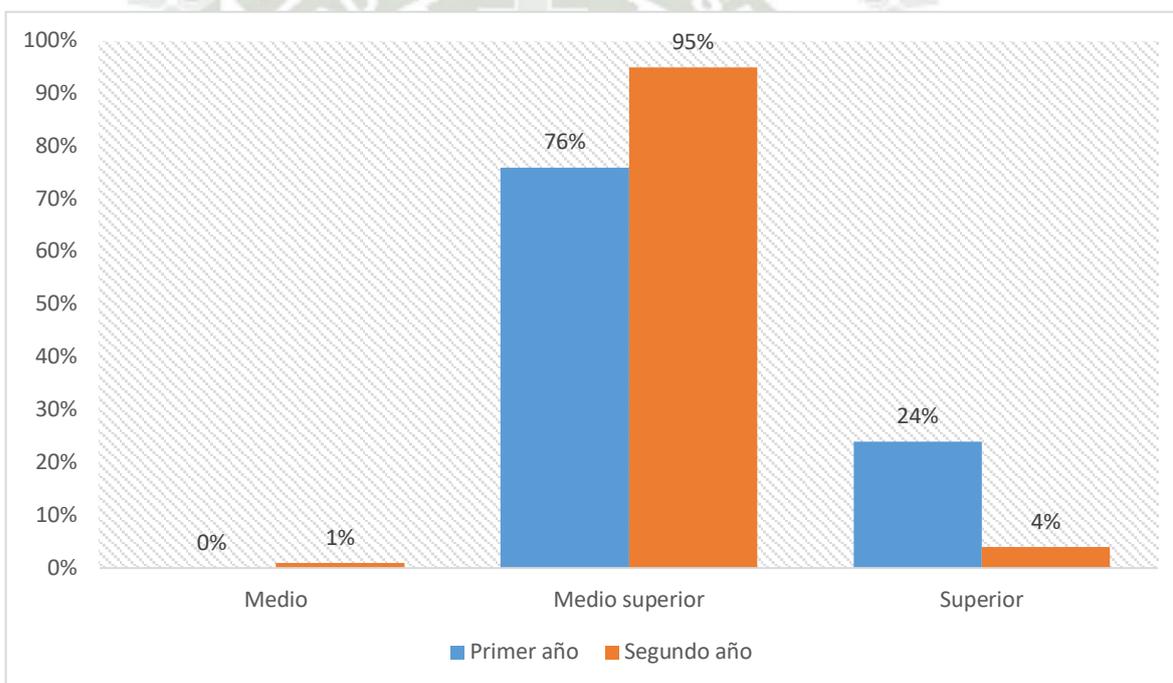


Tabla 20

Dimensión estrategias de afrontamiento según año de estudios

Nivel	Rango	Primer año		Segundo año	
		f	%	f	%
Medio	8 a 19	0	0	1	1
Medio superior	20 a 29	138	76	122	95
Superior	30 a 40	44	24	5	4
Total		182	100	128	100

Figura 20. Dimensión estrategias de afrontamiento según año de estudios.



De la tabla 20 y figura 20, dimensión estrategias de afrontamiento según el año de estudios de la variable estrés académico, se observa que, del total de estudiantes de primer año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 95% se encuentra en un nivel medio superior y el 24% en un nivel superior de estrategias de afrontamiento.

Del total de estudiantes de segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 95% se encuentra en un nivel medio superior, el 4% en un nivel superior y el 1% restante en un nivel medio de estrategias de afrontamiento.

Es decir, sobre las estrategias de afrontamiento de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, los estudiantes de primer año tienen mayores niveles de estrategias de afrontamiento de estrés.

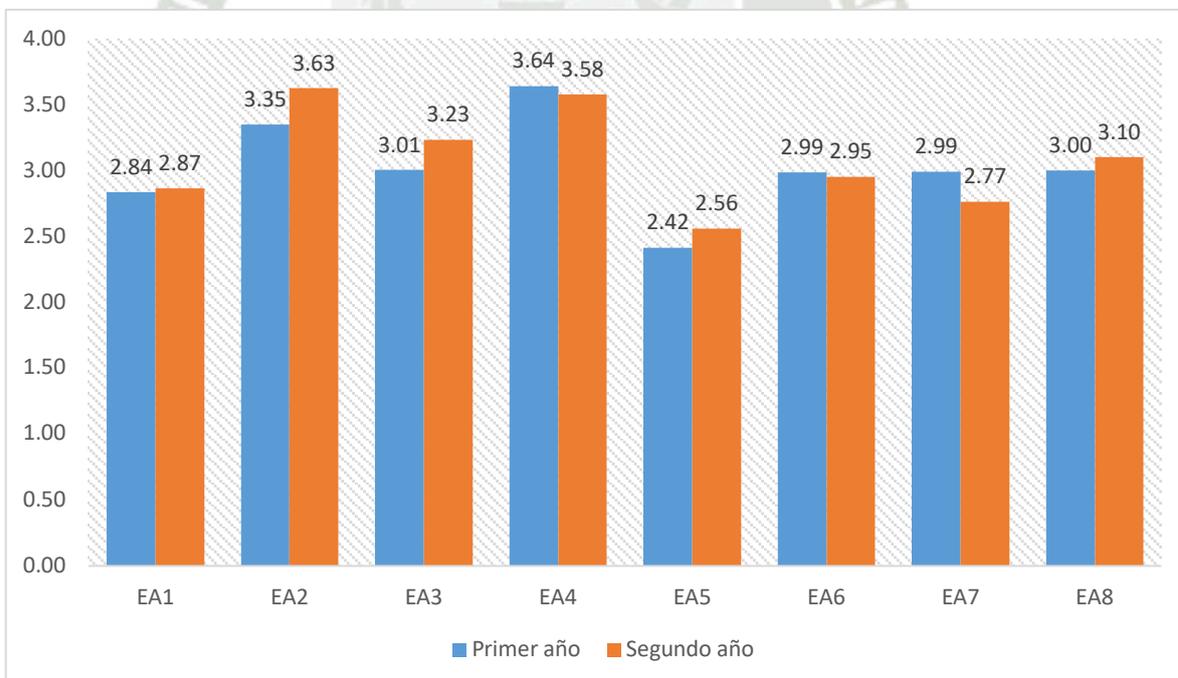


Tabla 21

Dimensión estrategias de afrontamiento según año de estudios

Estrategias de afrontamiento	Primer año	Segundo año
	Puntaje medio	Puntaje medio
Habilidad asertiva	2.84	2.87
Elaboración de un plan y ejecución	3.35	3.63
Concentrarse en resolver la situación	3.01	3.23
Elogios a si mismo	3.64	3.58
La religiosidad	2.42	2.56
Búsqueda de información sobre la situación	2.99	2.95
Fijarse en lo positivo	2.99	2.77
Ventilación y confidencias	3.00	3.10

Figura 21. Dimensión estrategias de afrontamiento según año de estudios.



De la tabla 21 y figura 21, Estrategias de afrontamiento según el año de estudios de la variable estrés académico, se observa que, del total de estudiantes de primer año de la

Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, tienen por principales estrategias para afrontar el estrés realizarse elogios a sí mismo, elaborar un plan y ejecutarlo, concentrarse en resolver la situación y contar con buena ventilación y tener confidencias.

Del total de estudiantes de segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, tienen por principales estrategias de afrontamiento al estrés el elaborar un plan y ejecutarlo, realizarse elogios a sí mismo, concentrarse en resolver la situación y contar con buena ventilación y tener confidencias.

Es decir, sobre estrategias de afrontamiento de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, predominan realizarse elogios a sí mismo, siendo los de primer año los que presentan un mayor promedio en esta estrategia; mientras que el elaborar un plan y ejecutarlo, son los de segundo año que presentan un mayor promedio.

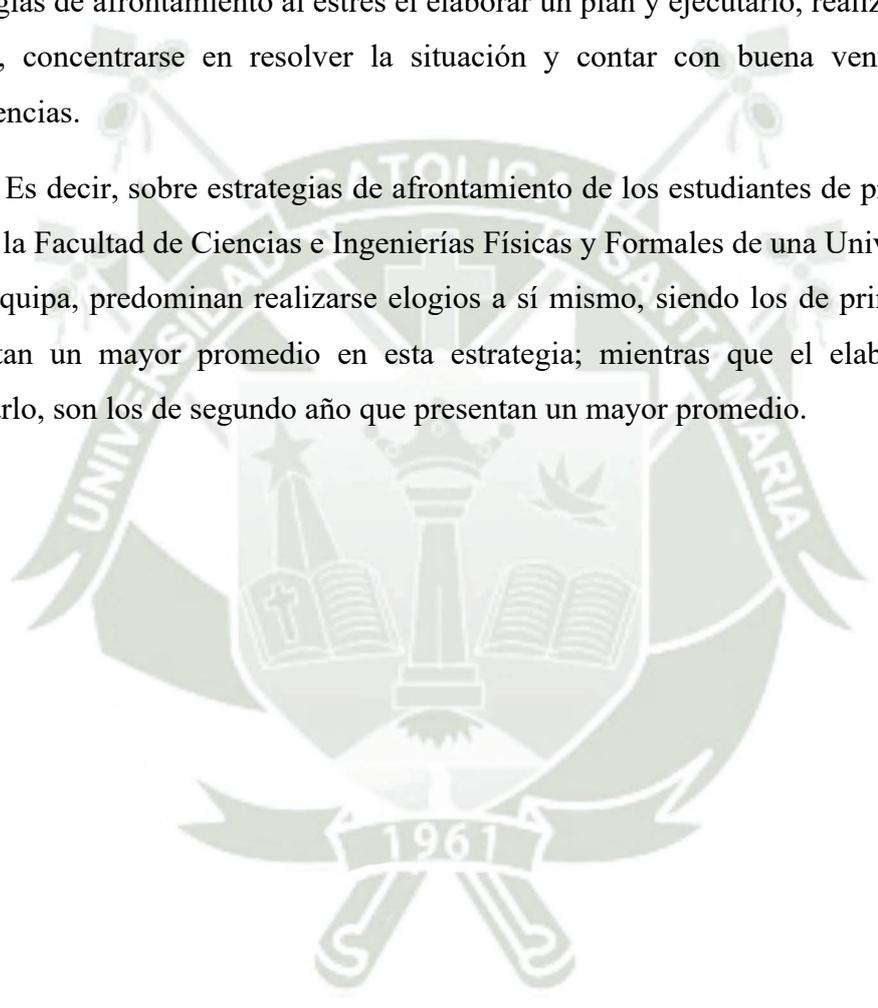
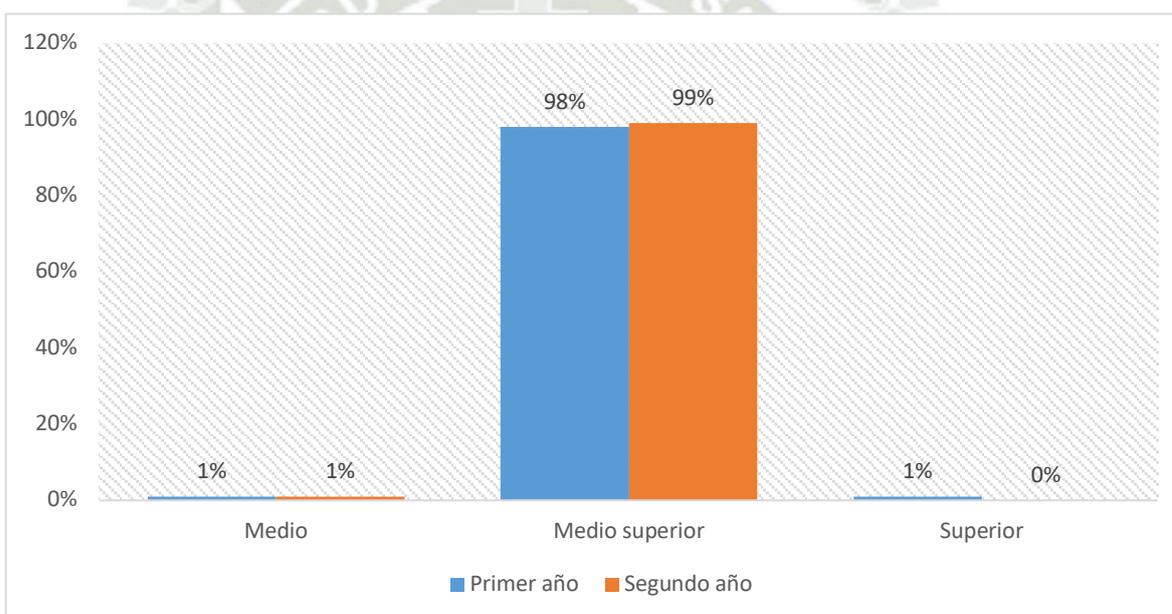


Tabla 22

Estrés académico según año de estudios

Nivel	Rango	Primer año		Segundo año	
		f	%	f	%
Medio	32 a 75	1	1	1	1
Medio superior	76 a 117	180	98	127	99
Superior	118 a 160	1	1	0	0
Total		182	100	128	100

Figura 22. Estrés académico según año de estudios.



De la tabla 22 y figura 22, variable estrés académico según el año de estudios, se observa que, del total de estudiantes de primer año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 98% se encuentra en un nivel medio superior, el 1% en un nivel medio y el 1% restante en un nivel superior de estrés académico.

Del total de estudiantes de segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, el 99% se encuentra en un nivel medio superior y el 1% restante en un nivel medio de estrés académico.

Es decir, sobre el estrés académico de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa, los estudiantes de primer año se encuentran levemente más propensos a estrés académico en comparación a los estudiantes de segundo año.



3. Análisis de distribución normal

Tabla 23

Prueba de distribución normal Kolmogorov-Smirnov de las variables procrastinación y estrés académico

		Procrastinación	Estrés académico
N		310	310
Parámetros normales ^{a,b}	Media	42,9387	96,9387
	Desviación estándar	3,35680	6,60534
Máximas diferencias extremas	Absoluta	,072	,077
	Positivo	,066	,064
	Negativo	-,072	-,077
Estadístico de prueba		,072	,077
Sig. asintótica (bilateral)		,001^c	,000^c

En la tabla 23 se observa la prueba de normalidad Kolmogorov–Smirnov de la distribución normal de datos, se utilizó esta prueba ya que la población de la investigación es mayor a 50 unidades de investigación. Según los criterios dados por Huacac (2020), los valores obtenidos en la tabla son menores al p valor ($p < 0.050$), esto significa que los datos de las dos variables carecen de distribución normal, y que por tanto, el análisis de correlación debe realizarse con el estadígrafo no paramétrico Rho de Spearman.

4. Relación de la variable procrastinación académica con la variable estrés académico

Objetivo general: Determinar el efecto de la procrastinación en el estrés académico de estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa.

Hipótesis:

Hi: Es probable que la procrastinación académica sí correlacione de manera significativa, positiva y moderada con el estrés académico de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019.

Ho: Es probable que la procrastinación académica no correlacione de manera significativa, positiva y moderada con el estrés académico de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019.

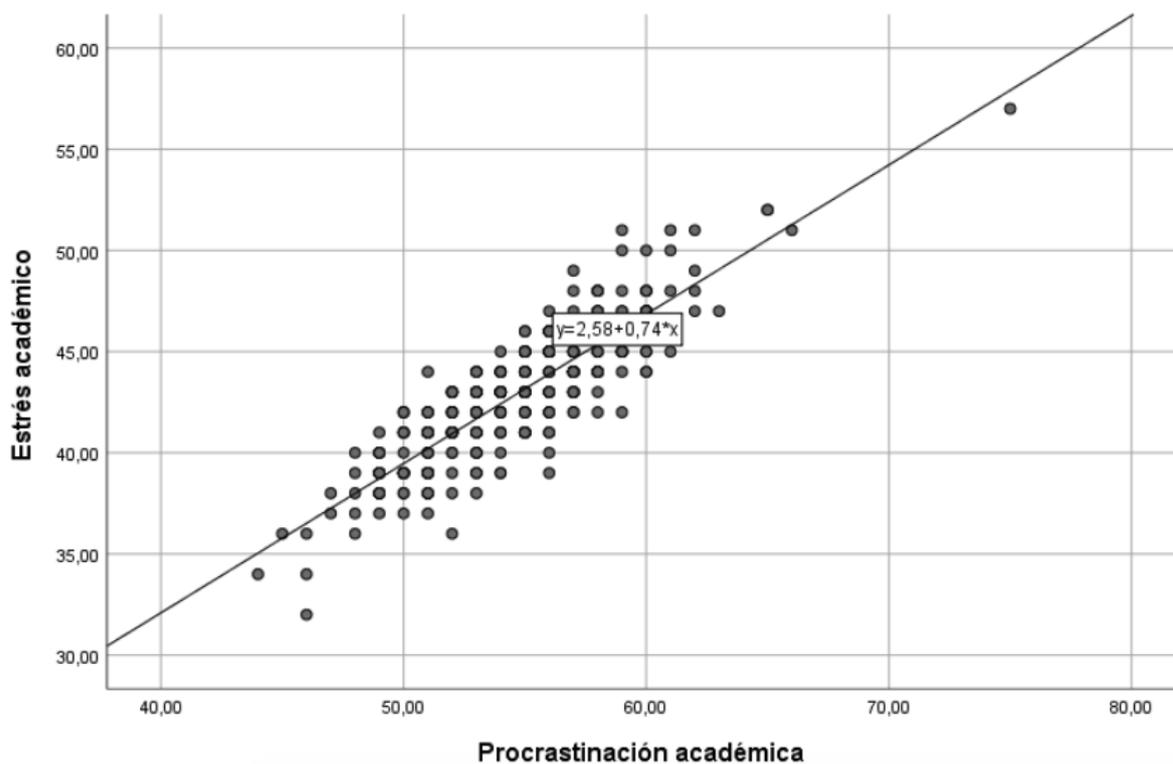
Tabla 24

Prueba de hipótesis de correlación Rho de Spearman de las variables procrastinación y estrés académico

		Procrastinación académica	Estrés académico
Rho de Spearman	Procrastinación	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,604**
		N	,000
Estrés académico			310
	Estrés académico	Coefficiente de correlación	,604**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	310

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Figura 23. Diagrama nube de puntos de las variables procrastinación académica y estrés académico.



Los criterios de interpretación de la prueba de hipótesis de correlación y de la intensidad de la correlación se exponen en el anexo 03.

Con referencia al objetivo general, en la tabla 24 se ha hallado $p: 0.000$, esto significa que sí hay correlación significativa entre las variables procrastinación y estrés académico de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa. Además, se obtuvo $Rho: 0,604^{**}$ que quiere decir que la correlación es de nivel moderada, directa y al 99% de confianza, porque cuando hay más procrastinación se da mayor estrés académico, y cuando disminuye la procrastinación hay menor estrés. Esto se corrobora con la representación gráfica de la figura 23 que permite apreciar la nube de puntos ordenadas desde el lado izquierdo inferior hasta el lado derecho superior que denota que menores puntajes de estrés académico coinciden con menores puntajes de procrastinación académica, y mayores puntajes de estrés con mayores puntajes de procrastinación.

Se aprueba la hipótesis de investigación y se rechaza la nula. Entonces, la procrastinación es un factor desencadenante del estrés académico (tabla 24).

Siguiendo las prácticas usuales de la estadística en la investigación, en seguida se presenta las pruebas de correlación entre las dimensiones de la variable procrastinación académica y la variable estrés académico.

Tabla 25

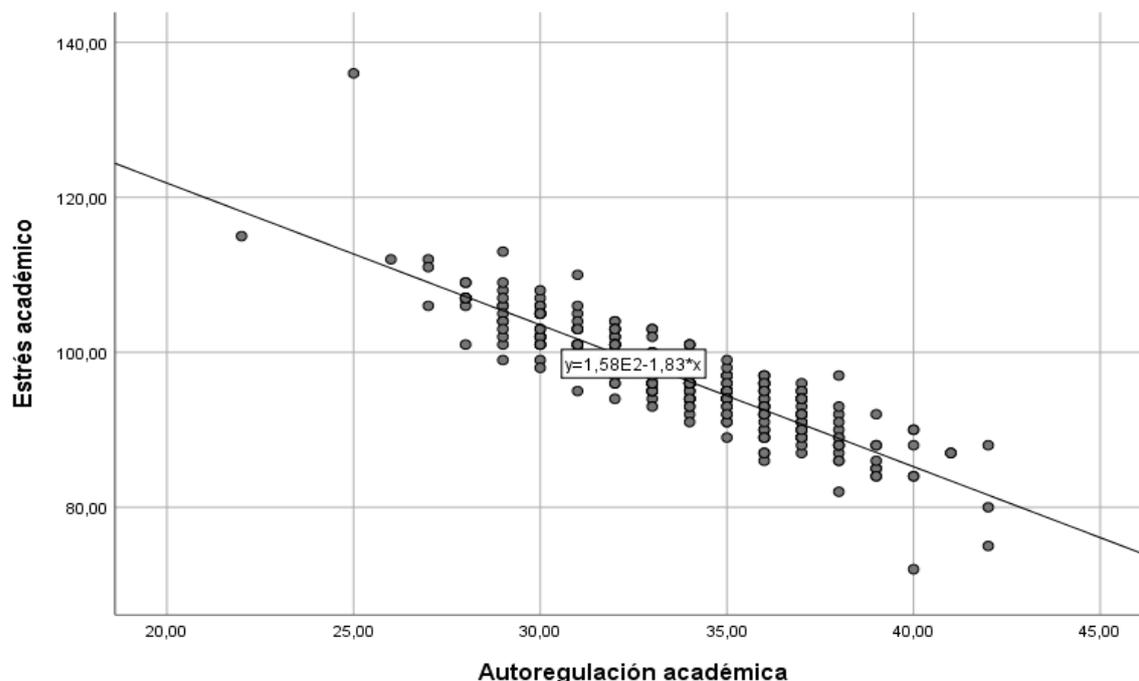
Correlación Rho de Spearman entre la variable estrés académico y la dimensión autorregulación académica

			Estrés académico	Autorregulación académica
Rho de Spearman	Estrés académico	Coefficiente de correlación	1,000	-,899**
		Sig. (bilateral) o p valor	.	,000
		N	310	310
	Autorregulación académica	Coefficiente de correlación	-,899**	1,000
		Sig. (bilateral) o p valor	,000	.
		N	310	310

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas). $0,01 \times 100\% = 1\%$



Figura 24. Diagrama nube de puntos de la variable estrés académico y la dimensión autorregulación académica.



Los criterios de interpretación de la prueba de hipótesis de correlación y de la intensidad de la correlación se exponen en el anexo 03.

Con referencia al objetivo específico 3, la tabla 25 se observa que sí existe correlación significativa entre la dimensión autorregulación académica y la variable estrés académico ($p: 0,000$) en los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa; además, el nivel de correlación $Rho: -0.899^{**}$ es alta, inversa y al 99% de confianza (tabla 25). Este resultado se comprobar con la representación gráfica de la figura 24 que permite apreciar la nube de puntos ordenadas desde el lado derecho inferior hasta el lado izquierdo superior que denota que menores puntajes de estrés académico coinciden con mayores puntajes de autorregulación académica, y mayores puntajes de estrés con menores puntajes de autorregulación académica.

Asimismo, Barraza, y Barraza (2019) encontraron correlación significativa y negativa entre autorregulación académica y estrés académico, esto es señal de que la falta de voluntad firme y de disciplina para ejecutar las propias responsabilidades se convierte en una fuerte presión que provoca estrés académico.

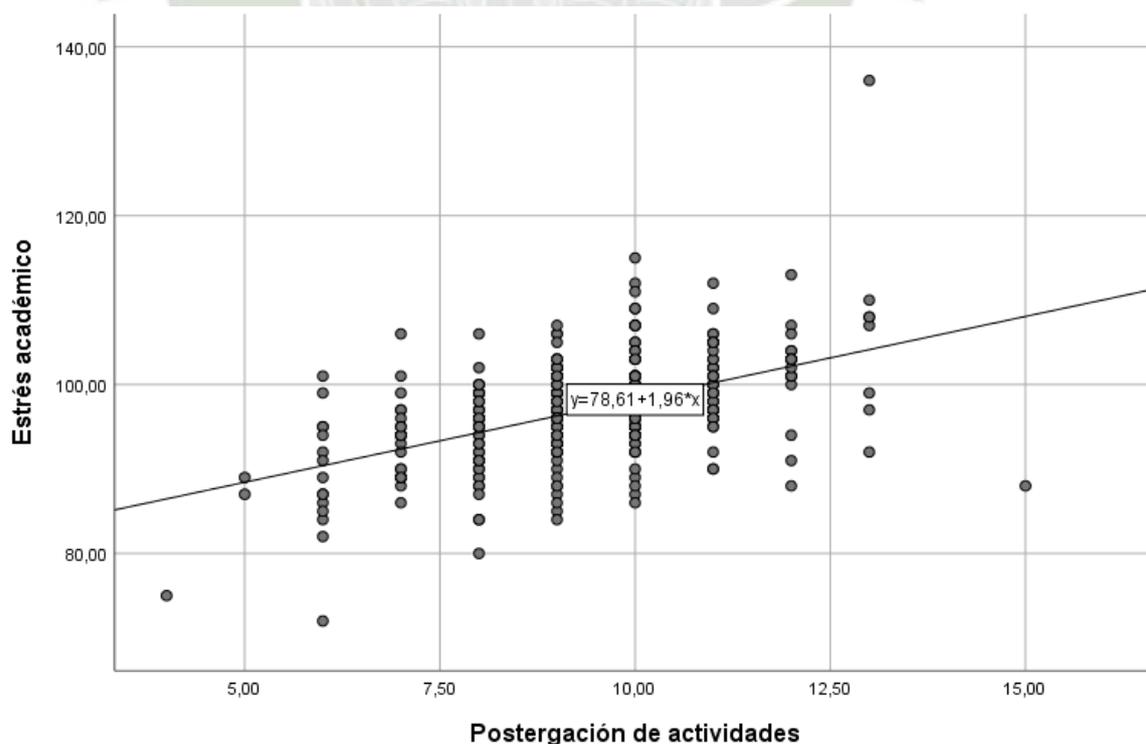
Tabla 26

Correlación Rho de Spearman de la variable estrés académico con la dimensión postergación de actividades

		Estrés académico	Postergación de actividades
Rho de Spearman	Estrés académico	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	.
		N	310
	Postergación de actividades	Coefficiente de correlación	,476**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	310

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas). $0,01 \times 100\% = 1.00\%$

Figura 25. Diagrama nube de puntos de la variable estrés académico y la dimensión postergación de actividades.



Con referencia al objetivo específico 3, la tabla 26 se observa un p valor ($p = .000$) esto indica que existe correlación significativa entre la dimensión postergación de actividades y la variable estrés académico de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa. Además, el nivel de correlación Rho: 0.476^{**} esto significa que hay correlación de intensidad moderada, directa y al 99% de confianza (tabla 26). Este resultado se comprueba con la representación gráfica de la figura 25 que permite apreciar la nube de puntos ordenadas desde el lado izquierdo inferior hasta el lado derecho superior que denota que menores puntajes de estrés académico coinciden con menores puntajes de postergación de actividades, y mayores puntajes de estrés con mayores puntajes de postergación de actividades.

También Barraza, y Barraza (2019) encontraron correlación significativa y positiva entre postergación de actividades y estrés académico, esto es señal de que la postergación de actividades en un determinado momento genera una fuerte presión por las tareas incumplidas, lo cual se traduce en estrés.

De esta manera, se corrobora que existe correlación significativa entre las variables procrastinación académica y estrés académico.

5. Discusión

Ante todo, es importante mencionar que la información se obtuvo con instrumentos validados y con adecuada confiabilidad, de una población considerablemente grande (310 sujetos), respetando los criterios éticos de la investigación y siguiendo los adecuados procedimientos estadísticos. Por lo dicho, los resultados que aquí se expusieron están dotados de la objetividad y fiabilidad necesarias.

Se descubrió que el 37% de la población presenta procrastinación de nivel baja, el 63% de nivel medio y ninguno procrastinación de nivel alto, con resultados similares en cada una de las dimensiones. Esto permite inferir que el nivel medio de procrastinación es representativo de la población de estudio. Este resultado expresa que de manera considerable y más o menos frecuentemente los estudiantes han postergado sus responsabilidades académicas prefiriendo otras actividades secundarias no relacionadas con sus estudios, esto, sin duda, ha perjudicado su rendimiento y su preparación profesional.

Aún más, hay que tener cuidado porque como dice Torres (2017) parece que la procrastinación se convierte en un elemento idiosincrásico porque no sólo afecta en un momento o en determinadas actividades, sino que se generaliza. Es así que retrasa el cumplimiento de metas y de objetivos, en este caso, de los objetivos académicos. Pero no sólo perjudica el normal avance del estudiante como sujeto individual, sino que retrasa el avance de todo el grupo de estudiantes y el cumplimiento del sílabo.

El hallazgo de la presente investigación no es algo aislado, sino que es parte de una constante en los estudiantes universitarios del Perú, tanto de las universidades privadas como estatales. Por citar algunos ejemplos: Nagamine (2017) en estudiantes universitarios de Lima encontró procrastinación de nivel medio; Valdivia (2019) en estudiantes universitarios de la ciudad de Arequipa encontró procrastinación de nivel medio superior, y Polo (2020) en estudiantes universitarios de la ciudad de Cajamarca también encontró procrastinación de nivel medio.

Teniendo en cuenta que la procrastinación es un mal casi generalizado a los estudiantes peruanos, el afrontamiento de este mal no debe quedar sólo a la iniciativa de cada institución universitaria, es necesario que se adopte medidas transversales orientados y exigidos desde la SUNEDU.

Respecto a la variable estrés académico se ha encontrado nivel medio superior, es un resultado que denota considerable afección del estrés en los estudiantes, significa que los sujetos de estudio permanentemente presentan afecciones físicas y psicológicas que

perjudican su bienestar y su normal desarrollo. Ante esta situación, a nivel personal e institucional, se debe adoptar estrategias claras de afrontamiento.

Similares resultados obtuvieron varios investigadores en estudiantes peruanos. Nagamine (2017) en estudiantes de una universidad pública de Lima encontró estrés académico de nivel medio; por su parte, Valdivia (2019) en estudiantes de la Universidad Nacional San Agustín de Arequipa encontró estrés académico de nivel medio superior, por su parte, Polo (2020) en estudiantes universitarios de Cajamarca encontró estrés de nivel medio. Estos hallazgos de cuenta de que el problema del estrés académico tiene una dimensión nacional y requiere ser afrontado en toda su magnitud.

En atención al objetivo general se descubrió que la variable procrastinación sí tiene un efecto significativo, directo, de nivel moderado y al 99% de confianza ($p: 0,000$ y $Rho: 0,604^{**}$) en el estrés académico de los estudiantes. Se aprueba la hipótesis de investigación y se rechaza la nula, esto significa que el perjuicio es muy pronunciado, y que requiere tomar decisiones y acciones pedagógicas urgentes.

La primera decisión debe ser preventiva: se debe informar ampliamente y prevenir para que los estudiantes eviten caer en la procrastinación, pero, además, se debe realizar acciones de tratamiento a los estudiantes que están gravemente afectados por la procrastinación. Asimismo, se debe atender a los estudiantes que sufren las consecuencias físicas y psicológicas del estrés académico. Un excelente medio para afrontar estos y otros problemas universitarios es reactivar las clases de tutoría.

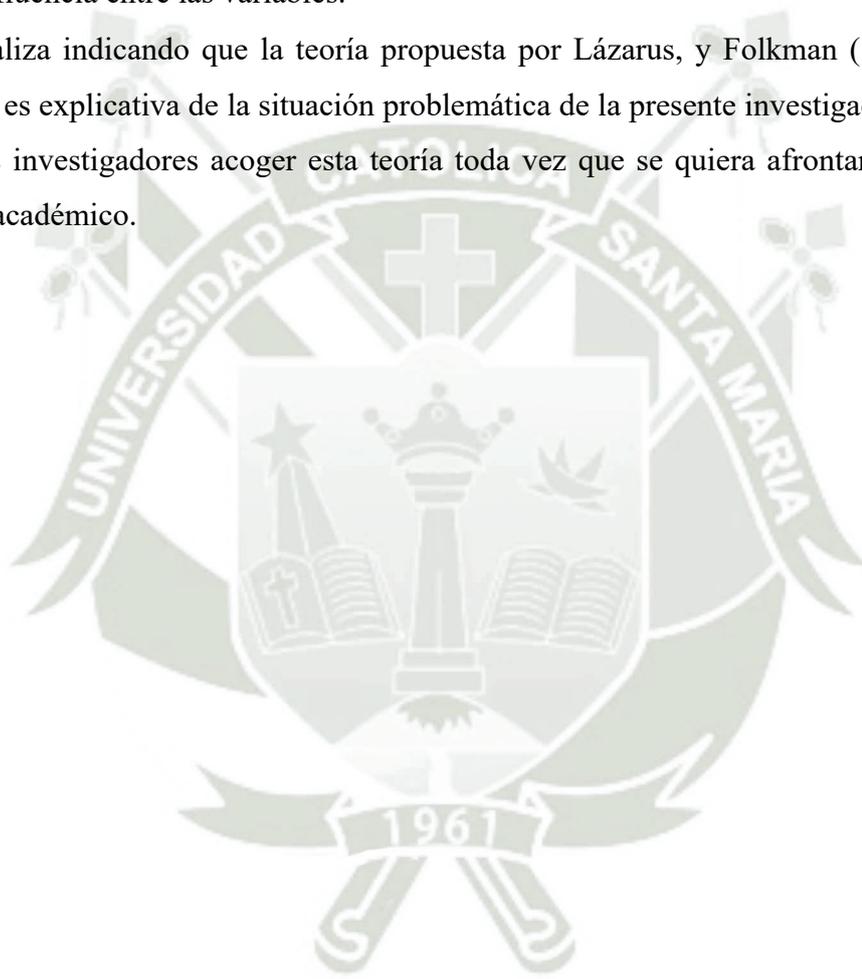
El resultado obtenido en esta investigación no es algo aislado, sino que forma parte de una constante que se repite en muchos estudios, por ejemplo, García, y Gonzáles (2022) en estudiantes de educación virtual descubrió que sí existe correlación significativa; Barraza, y Barraza (2019) halló correlaciones entre las dimensiones de ambas variables; Palacios-Garay, Belito, Bernaola y Capcha (2020) en estudiantes universitarios de Colombia descubrió que sí existe correlación; Orco, Huamán, Torres, Figueroa, y Mejía (2022) en estudiantes de medicina de la ciudad de Lima llegó también a la conclusión de que sí existe correlación entre procrastinación y estrés académico.

Quispe (2020) en estudiantes de la Pontificia Universidad Católica de Lima que la procrastinación académica es un predictor del estrés académico; Fernández (2020) halló similar resultado en estudiante de una universidad de la ciudad de Chíncha, también Valdivia (2019) descubrió que existe correlación significativa entre procrastinación y estrés

académico; Nagamine (2017) y Polo (2020) confirman este resultado en estudiantes universitarios de la ciudad de Lima y de Cajamarca respectivamente.

Los antecedentes dan noción de que la correlación significativa entre estrés académico y procrastinación es un resultado bastante consensuado, y que, por tanto, en cualquier esfuerzo de superación del estrés académico se debe tener en cuenta la procrastinación académica. Finalmente, hay que recordar que las correlaciones son bilaterales, esto significa que la existe interinfluencia entre las variables.

Se finaliza indicando que la teoría propuesta por Lázarus, y Folkman (1985) y Reynoso (2005) es explicativa de la situación problemática de la presente investigación. Se sugiere a futuros investigadores acoger esta teoría toda vez que se quiera afrontar el problema del estrés académico.



CONCLUSIONES

PRIMERA:

El estudio permitió determinar que la variable procrastinación sí tiene un efecto significativo, directo, de nivel moderado y al noventa y nueve por ciento de confianza ($p: 0,000$ y $Rho: 0,604^{**}$) en el estrés académico de los estudiantes, de aquí se infiere que a mayor procrastinación hay mayor estrés académico, y a menor procrastinación hay menor estrés académico. Entonces, la procrastinación es un factor predictor del estrés académico. Se aprueba la hipótesis de investigación y se rechaza la hipótesis nula. Además, se determinó que la dimensión de autorregulación académica sí tiene un efecto significativo, inverso, de nivel alto y al noventa y nueve por ciento de confianza ($p: 0,000$ y $Rho: -0,899^{**}$), es decir, a mayor autorregulación académica se da menor estrés académico, y a menor autorregulación académica se da mayor estrés académico. Asimismo, la dimensión postergación de actividades tiene un efecto significativo, directo, de nivel moderado y al noventa y nueve por ciento de confianza ($p: 0,000$ y $Rho: 0,476^{**}$) en el estrés académico, esto quiere decir que a mayor postergación de actividades hay mayor estrés académico y cuando hay cumplimiento puntual de actividades hay menor estrés académico.

SEGUNDA:

El treinta y siete por ciento presenta procrastinación de nivel baja, el sesenta y tres por ciento de nivel medio y ninguno procrastinación de nivel alto. Los resultados por dimensiones son similares. Nivel medio de procrastinación tiene predominio y representatividad en los estudiantes, esto significa que la procrastinación ya es bastante pronunciada en las actividades y demandas académicas propias de la educación universitaria.

TERCERA:

Según el uno por ciento de estudiantes hay nivel medio de estrés académico, el noventa y nueve por ciento presenta nivel medio superior de estrés académico, y ninguno nivel superior. Estrés académico de nivel medio superior de estrés académico es representativo de esta población de estudio y significa que el estrés académico es bastante pronunciado en esta población, debe ser motivo para que tanto la institución universitaria y los estudiantes adopten medidas de mejora porque ya está afectando tanto la salud física y mental.

Al comparar los resultados obtenidos con la hipótesis y los objetivos planteados para la investigación, podemos confirmar que se ha demostrado su validez.

RECOMENDACIONES

PRIMERA: Para todos los estudiantes de las universidades:

Dado que la procrastinación tiene un efecto significativo en el estrés académico se sugiere a los estudiantes mantener vivo el ímpetu inicial, la dedicación y constancia, avanzar los estudios sin demoras ni retrocesos, y aprovechando la excelente ventaja que ofrecen los estudios para cumplir los objetivos personales y familiares. Deben tener bien claro que la procrastinación se da no sólo es por el natural cansancio, sino también porque se da espacio a nuevos intereses que muchas veces distraen o riñen con los objetivos académicos.

SEGUNDA: Para los docentes universitarios:

Los estudiantes presentan nivel medio de procrastinación, lo cual afecta su desempeño académico, por esta razón, se sugiere a los docentes de las aulas de primer y segundo año de estudios, ofrecer orientaciones, dar razones claras y motivaciones fuertes para cumplir sus responsabilidades de cumplimiento de tareas, trabajos, lecturas y ampliación de los conocimientos tratados en el aula.

TERCERA: Para los directivos universitarios:

Los estudiantes presentan nivel medio de estrés académico, esto tiene consecuencias no sólo para su salud mental, sino también para su salud corporal, por esta razón, se sugiere a los directivos de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales coordinar programas de apoyo a los estudiantes que sufren las consecuencias del estrés, implementar talleres de mindfulness, talleres de convivencia y de distensión o campeonatos deportivos para los estudiantes durante todo el período académico.

CUARTA: Para los tutores universitarios:

Dado que las dimensiones de autorregulación académica y de postergación de actividades tienen un efecto significativo en el estrés académico se sugiere a los tutores de aula enseñar adecuadas técnicas de organización personal para el cumplimiento de las tareas académicas dando a conocer sus beneficios y los peligros que se evita. Asimismo, se debe enseñar el adecuado uso de la agenda personal y el plan de vida.

REFERENCIAS

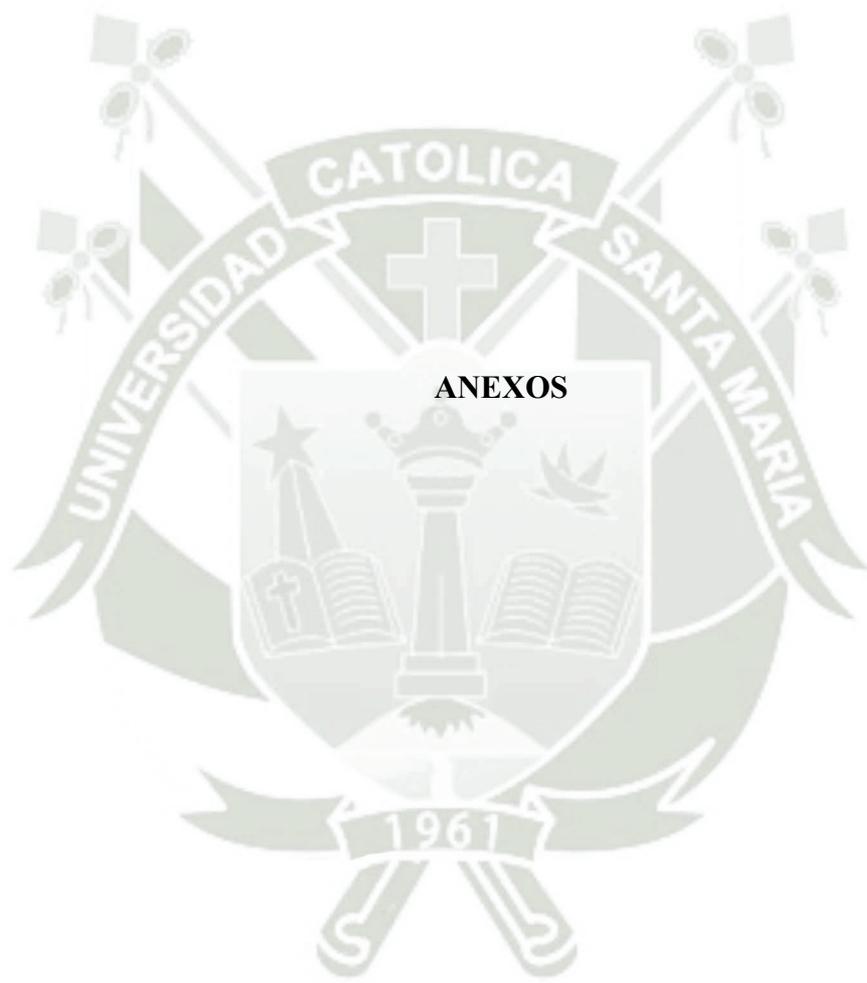
- Águila, B.; Calcines, M.; Monteagudo, R. y Nieves, Z. (2015). *Estrés académico*. Edumecentro, 7(2), 163-178.
- Alegre, A. A. (2013). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Propósitos y representaciones*, 1(2), 57-82. <https://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/29>
- Álvarez, K. A.; y Cerrón, N. D. (2020). Estrés académico y procrastinación en estudiantes de quinto de secundaria de instituciones educativas con jornada escolar completa de la provincia de Lircay-Huancavelica. Huancayo: Universidad Continental.
- Anguita, V.; Sotomayor, A. (2011). ¿Confidencialidad, anonimato? Las otras promesas de la investigación. *Acta Bioethica*, 17 (2): 199-204.
- Barraza, A. (2014). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. *Revisa PsicologíaCientífica.com*, 16. Recuperado de: <http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas/>
- Barraza, A., y Barraza, S. (2019). *Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media y superior*. *Revista de Investigación Educativa*, 28: 131-151. <https://doi.org/10.25009/cpue.v0i28.2602>
- Busko, D. A. (1998). Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model. Tesis de maestría no publicada. Guelph, Ontario: University of Guelph.
- Cabanach, R. Souto, A. y Franco, V (2016). *Escala de Estresores Académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios*. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud* Volume 7, Issue 2, July 2016, Pages 41-50
- Cardona, L. (2015). *Relaciones entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes universitarios*. Tesis de grado. Universidad de Antioquia.
- Clariana, M.; Gotzens, C.; Badia, M.; Cladellas, R. (2012). Procrastination and cheating from secondary school to university. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 10(27), 737-754.
- Domínguez, S. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Revista SciELO Perú*. Recuperado de: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272014000200010&script=sci_arttext

- Duda, M. (2018). *Procrastinación académica en estudiantes de ingeniería de una universidad privada en Lima*. Tesis de grado. Universidad Peruana Cayetano Heredia.
- Durand, C. y Cucho, N. (2016). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Lima este, 2015*. Tesis de grado. Universidad Peruana Unión.
- Laureano, C. A., & Ampudia, L. G. (2019). Procrastinación: revisión teórica. *Revista de investigación en psicología*, 22(2), 363-378. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8162710>
- Barraza, A. (2008). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 9(3). <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol9num3/art6vol9no3.pdf>
- Dueñas, H. F. (2017). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno* [Tesis de doctorado, Universidad Nacional del Altiplano, Puno]. <http://tesis.unap.edu.pe/handle/UNAP/9423>
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Martín, I. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*, 25 (1), 87-99. https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/12812/file_1.pdf
- Morán, M. D., & Gil-La Cruz, M. (2016). El estrés en el ámbito de los profesionales de la salud. *Persona: Revista de la Facultad de Psicología*, (19), 11-30. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6112754>
- Furlan, L. A., Heredia, D. E., Piemontesi, S. E., & Tuckman, B. W. (2012). Análisis factorial confirmatorio de la adaptación argentina de la escala de procrastinación de Tuckman (ATPS). *Perspectivas en Psicología: Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 9(3), 142-149. <https://www.redalyc.org/pdf/4835/483549016020.pdf>
- García, B., Arrieta, M. y Montagut, A. (2014). *Estresores académicos percibidos por estudiantes pertenecientes a la escuela de enfermería de Ávila, centro adscrito a la Universidad de Salamanca*. *Revista Enfermería C y L*, 6(2), 98-105.
- García, J., y González, E. I. (2022). *El estrés académico causante de la procrastinación en la educación virtual. Una revisión sistemática*. *RIDE, Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 13 (25). Recuperado de <https://doi.org/10.23913/ride.v13i25.1238>

- Hernández, N. M. (2020). *Procrastinación académica, estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Chíncha, 2020*. Chíncha: Universidad San Martín de Porres.
- Hernández-Sampieri, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación, rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. 7ma edición. México: McGrawHill-Education.
- Huacac, F. (2020). *Asesoramiento metodológico y estadístico para tesis de pre y posgrado*. Arequipa: Publicont SAC.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1985). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
- Macías, A. (2012). *Estresores en alumnos de licenciatura y su relación con dos indicadores autoinformados del desempeño académico*. Investigación educativa duranguense, (12), 22-29.
- Orco, E.; Huamán, D.; Torres, J.; Figueroa, L.; Mejía, C. (2022). *Asociación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes peruanos de segundo año de medicina*. RECIMED, Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas, 41 (1): 1-15.
- Palacios-Garay, J.; Belito, F.; Bernaola, P. G.; Capcha, T. (2020). *Procrastinación y estrés en el engagement académico en universitarios*. Revista Multiensayos, número especial: 45-53.
- Polo, Y. S. (2022). *Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios, Cajamarca, 2022*. Cajamarca: Universidad Privada del Norte.
- Quispe, C. (2020). *Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Lima Metropolitana*. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú.
- RAE (2014). *Diccionario de la lengua española*. 23va edición. Madrid: Espasa.
- Reynoso, L. (2005). *Psicología clínica de la salud: un enfoque conductual*. Obtenido de <https://www./Reynoso.Psicología.Clínica.de.la.Salud>
- Sánchez-Hernández, A. M. (2010). *Procrastinación académica: un problema en la vida universitaria*. Revista studiositas, 5(2), 88-93. <https://repository.ucatolica.edu.co/handle/10983/604>
- Sureda-Negre, J., Comas-Forgas, R y Oliver-Trobat, M. (2015). *Plagio Académico Entre Alumnado de Secundaria y Bachillerato: Diferencias en Cuanto al Género y la Procrastinación*. Revista científica de educación. 22(44). 103-111.
- Torres, C. (2017). *El estudio de la procrastinación humana como un estilo interactivo*. Avances en Psicología Latinoamericana. Universidad de Guadalajara. Guadalajara, México.

- Uzun-Ozer, B & Ferrari, J. (2011). *Gender Orientation and Academic Procrastination: Exploring Turkish High School Students*. *Individual Differences Research*. 9, (1).33-40.
- Valdivia, N. E. (2019). *La procrastinación en el estrés académico de los estudiantes de segundo y tercer año de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa – 2018*. Arequipa: Universidad Nacional San Agustín de Arequipa.





Anexo 1. Fichas de los instrumentos

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Sexo:..... Semestre: Edad:.....

Instrucciones:

A continuación se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar, lea atentamente cada uno de ellos y responda con total sinceridad, marcando (X) en la casilla de la columna a la que pertenece su respuesta, tomando en cuenta el siguiente cuadro.

S= Siempre

CS= Casi siempre

AV= A veces

CN= Casi Nunca

N= Nunca

	S	CS	A	CN	N
1. Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2. Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
5. Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
6. Asisto regularmente a clases					
7. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
8. Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
9. Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.					
10. Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
11. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
12. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
13. Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
14. Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					

Ítems eliminados en el presente estudio debido a la baja confiabilidad:

3. Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior					
4. Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase					
15. Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.					
16. Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el					

INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO

Grado / Sección:.....

Edad:

Sexo: (F) (M)

A.- Durante el transcurso del año académico ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

Sí	No
----	----

B.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

En el siguiente cuadro señala con una X con qué frecuencia te inquietaron las siguientes:

Dimensión estresores	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1. La competencia con los compañeros del grupo					
2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
3. La personalidad y el carácter del profesor					
4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
5. Problemas con el horario de clases					
6. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
7.No entender los temas que se abordan en la clase					
8. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
9. Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Dimensión síntomas (reacciones)					
Subdimensión reacciones físicas	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
10. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
11. Fatiga crónica (cansancio permanente)					
12. Dolores de cabeza o migrañas					
13. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
14. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
15. Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Subdimensión reacciones psicológicas	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
16. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
17. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					

18. Ansiedad, angustia o desesperación.					
19. Problemas de concentración					
20. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Subdimensión reacciones comportamentales	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
21. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
22. Aislamiento de los demás					
23. Desgano para realizar las labores escolares					
24. Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Dimensión estrategias de afrontamiento	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
25. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
26. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
27. Concentrarse en resolver situaciones que me preocupa					
28. Elogios a sí mismo					
29. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
30. Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa					
31. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de las situaciones que preocupa					
32. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).					

Anexo 2: Confiabilidad de los instrumentos

a. Confiabilidad del instrumento escala de procrastinación académica

Confiabilidad a nivel global

Alfa de Cronbach	N de elementos
,752	16

Confiabilidad ítem por ítem

<i>Ítems</i>	<i>Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido</i>
1. Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.	,773
2. Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.	,781
3. Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior	,785
4. Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase	,738
5. Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.	,748
6. Asisto regularmente a clases	,720
7. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.	,624
8. Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.	,715
9. Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.	,845
10. Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.	,587
11. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.	,799
12. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.	,799
13. Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.	,714
14. Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.	,740
15. Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.	,675
16. Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea	,740

b. Confiabilidad del instrumento Inventario de estrés académico

Confiabilidad global del instrumento inventario de estrés académico

Alfa de Cronbach	N de elementos
,865	32

Confiabilidad ítem por ítem del instrumento inventario de estrés académico

<i>Ítems</i>	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
1. La competencia con los compañeros del grupo	,801
2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	,795
3. La personalidad y el carácter del profesor	,894
4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	,883
5. Problemas con el horario de clases	,893
6. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	,800
7.No entender los temas que se abordan en la clase	,891
8. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	,805
9. Tiempo limitado para hacer el trabajo	,796
10. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	,894
11. Fatiga crónica (cansancio permanente)	,784
12. Dolores de cabeza o migrañas	,798
13. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	,864
14. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	,787
15. Somnolencia o mayor necesidad de dormir	,689
16. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	,886
17. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	,794
18. Ansiedad, angustia o desesperación.	,875
19. Problemas de concentración	,779
20. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	,892
21. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	,777

22. Aislamiento de los demás	,882
23. Desgano para realizar las labores escolares	,872
24. Aumento o reducción del consumo de alimentos	,872
25. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)	,805
26. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	,804
27. Concentrarse en resolver situaciones que me preocupa	,896
28. Elogios a sí mismo	,829
29. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	,819
30. Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa	,709
31. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de las situaciones que preocupa	,706
32. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).	,896



Anexo 3: Criterios de interpretación de la correlación y de la intensidad de correlación

Criterios de interpretación de la correlación. La correlación se interpreta en base al p valor teniendo en cuenta los siguientes valores:

- Si $p < 0,050$ entonces se aprueba la hipótesis de correlación y se rechaza la hipótesis nula.
- Si $p \geq 0,050$ entonces se aprueba la hipótesis nula de no correlación y se rechaza la hipótesis de investigación.

Criterios de interpretación de la intensidad de correlación. La intensidad de correlación se determina en base a los siguientes valores (Hernández-Sampieri, y Mendoza, 2018):

- 0,000: Correlación nula.
- $\pm 0,001$ a $\pm 0,199$: correlación positiva o negativa muy débil.
- $\pm 0,200$ a $\pm 0,399$: correlación positiva o negativa débil.
- $\pm 0,400$ a $\pm 0,699$: correlación positiva o negativa moderada.
- $\pm 0,700$ a $\pm 0,899$: correlación positiva o negativa intensa.
- $\pm 0,900$ a $\pm 0,999$: correlación positiva o negativa muy intensa.
- $\pm 1,000$: correlación positiva o negativa perfecta.

Anexo 4: Permiso de aplicación del instrumento

« En la Ciencia y en la Fe está nuestra Fortaleza para mayor Gloria de Dios »

Arequipa, 04 de diciembre del 2019

Oficio N° 910-EPG-2019

Señor Doctor
OSWALDO RODRÍGUEZ SALAZAR
Decano de la Facultad de Ciencias e Ingenierías
Físicas y Formales
Presente.-

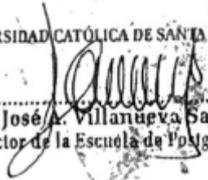
De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted para presentarle al Sr. **LUIS ENRIQUE MORA VALDIVIA**, estudiante de la Maestría en Educación Superior de esta Casa Superior de Estudios, quien se encuentra desarrollando su proyecto de tesis titulado: "EFECTO DE LA PROCRASTINACIÓN EN EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE 1RO Y 2DO AÑO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS E INGENIERÍAS FÍSICAS Y FORMALES DE LA [REDACTED] - AREQUIPA 2019", con el cual pretende optar el Grado Académico de Maestro.

En tal sentido, solicito a su Despacho se brinde las facilidades del caso a nuestra estudiante, para que pueda aplicar encuestas con los instrumentos "Inventario SISCO del Estrés Académico" y la "Escala de Procrastinación Académica", a los alumnos del 1ro. y 2do. año de la Facultad que acertadamente dirige, lo cual le permitirá lograr su objetivo académico.

Agradeciéndole por la atención dispensada, reitero a usted los sentimientos de mi especial consideración.

Atentamente,

 UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Dr. José A. Villanueva Salas
Director de la Escuela de Postgrado

JVS/DEPG
ujc



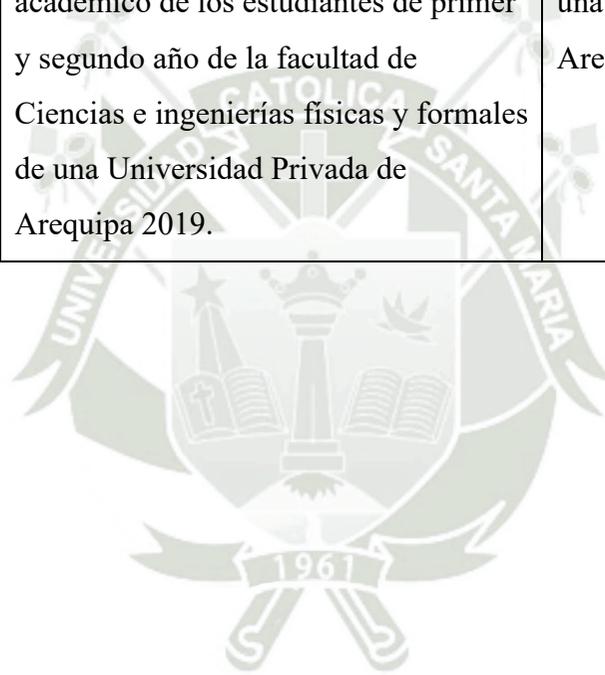
06 DIC. 2019
FACULTAD DE CIENCIAS
E INGENIERÍAS FÍSICAS Y FORMALES

Anexo 5: Matriz de consistencia

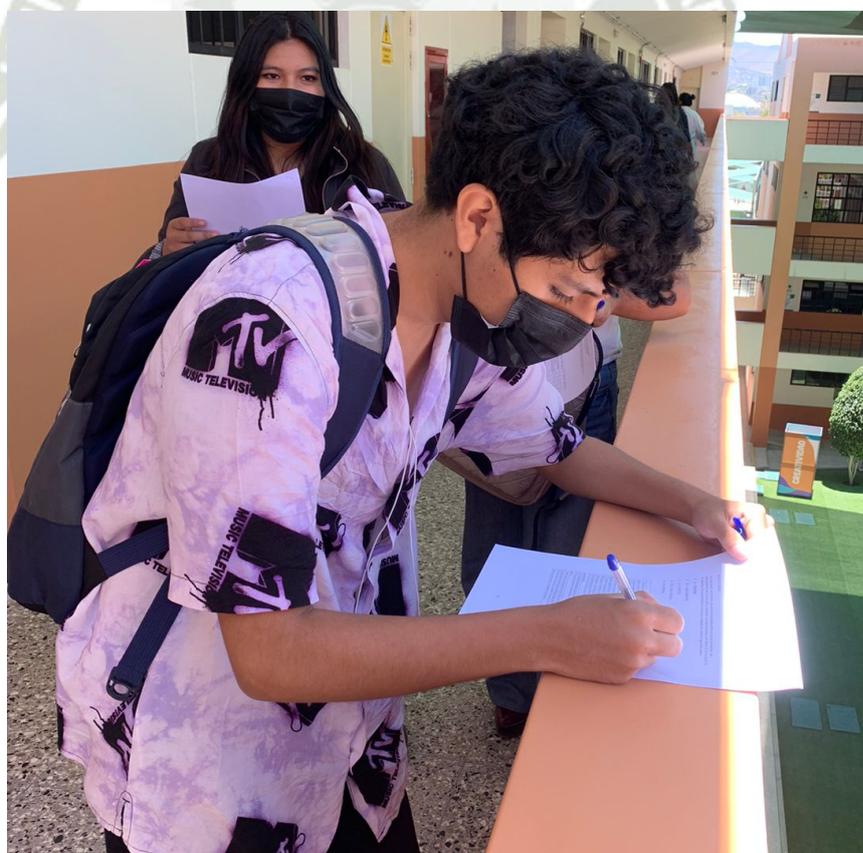
Título: Efecto de la procrastinación en el estrés académico de los estudiantes de primer y segundo año de la facultad de Ciencias e ingenierías físicas y formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019.

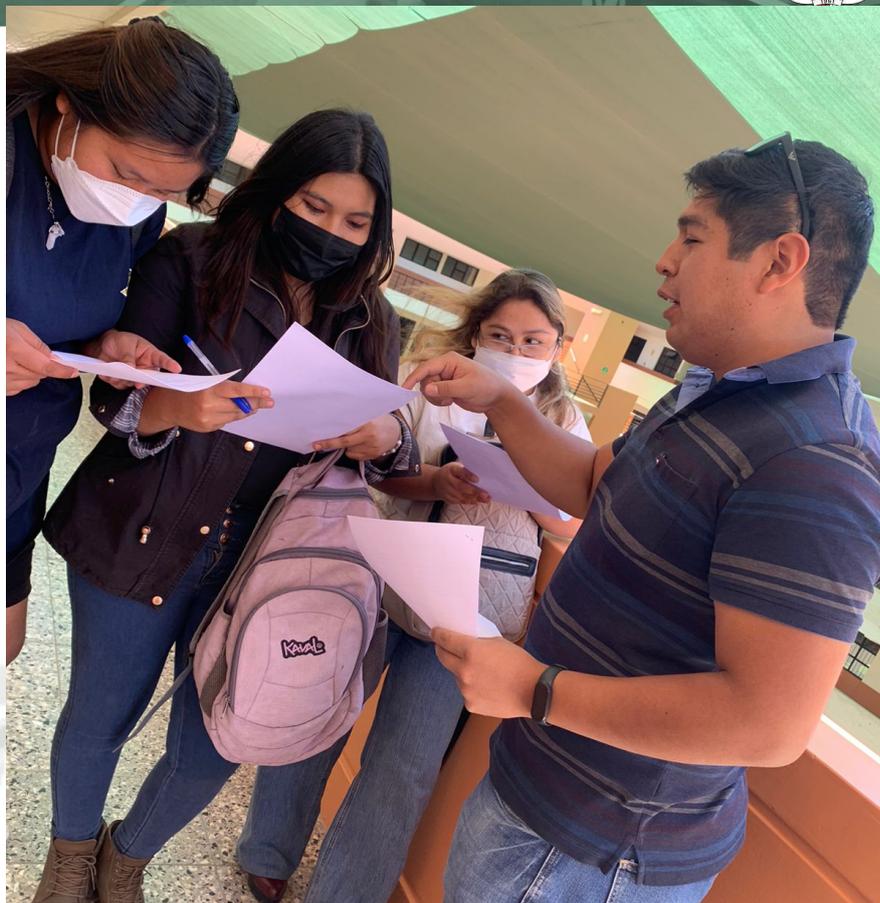
<i>Problema</i>	<i>Objetivos</i>	<i>Hipótesis</i>	<i>Variables e indicadores</i>
<p>Problema general ¿Cómo es el efecto de la procrastinación en el estrés académico de los estudiantes de primer y segundo año de la facultad de Ciencias e ingenierías físicas y formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019?</p> <p>Problemas específicos ¿Cuál es el nivel de procrastinación en los estudiantes de primer y segundo año de la facultad de Ciencias e ingenierías físicas y formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019? ¿Cuál es el nivel de estrés académico en los estudiantes de primer y segundo año de la facultad de Ciencias e ingenierías físicas y</p>	<p>Objetivo general Determinar el efecto de la procrastinación en el estrés académico de los estudiantes de primer y segundo año de la facultad de Ciencias e ingenierías físicas y formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019.</p> <p>Objetivos específicos Identificar el nivel de procrastinación en los estudiantes de primer y segundo año de la facultad de Ciencias e ingenierías físicas y formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019. Identificar el nivel de estrés académico en los estudiantes de primer y segundo año de la facultad de Ciencias e</p>	<p>Dado que el descuido voluntario o involuntario de las responsabilidades genera tensiones sociales y personales, Hi: Es probable que la procrastinación sí afecte de manera significativa y directa en el estrés académico de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019. Ho: Es probable que la procrastinación no afecte de manera significativa y directa en</p>	<p>Variable independiente: Procrastinación Indicadores: Autoregulación académica Postergación de actividades.</p> <p>Variable dependiente: Estrés académico Indicadores: Estresores Síntomas y reacciones</p>

<p>formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019? ¿Cuál es el efecto de las dimensiones de procrastinación en la variable estrés académico de los estudiantes de primer y segundo año de la facultad de Ciencias e ingenierías físicas y formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019?</p>	<p>ingenierías físicas y formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019. Determinar el efecto de las dimensiones de procrastinación en la variable estrés académico de los estudiantes de primer y segundo año de la facultad de Ciencias e ingenierías físicas y formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019.</p>	<p>el estrés académico de los estudiantes de primer y segundo año de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada de Arequipa 2019.</p>	<p>Estrategias de afrontamiento</p>
---	---	--	-------------------------------------



Anexo 6: Evidencias fotográficas del proceso de encuestado









Anexo 7: Base de datos de la estadística

a. Base de datos de la variable procrastinación

id	Carr.	Sexo	Sem	Edad	1	2	2 inv	3	4	5	5inv	6	6inv	7	7inv	8	9	10	10inv	11	11inv	12	12inv	13	13inv	14	14inv	15	16
	1	2	1	18	3	3	3	4	2	1	5	1	5	2	4	2	2	2	4	4	2	4	2	1	5	4	2	4	4
2	1	2	1	19	3	4	2	2	4	2	4	1	5	2	4	2	3	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	3	2
3	1	2	1	17	5	2	4	4	3	2	4	1	5	2	4	2	2	3	3	3	3	2	4	2	4	3	3	2	3
4	1	2	1	18	4	2	4	4	3	2	4	3	3	3	3	4	4	2	4	2	4	3	3	2	4	1	5	3	3
5	1	2	1	18	1	2	4	3	2	2	4	1	5	2	4	2	3	1	5	4	2	2	4	1	5	1	5	3	4
6	1	2	1	18	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	1	5	3	5
7	1	1	1	18	2	2	4	5	3	2	4	1	5	2	4	2	3	2	4	2	4	3	3	1	5	2	4	2	3
8	1	2	1	17	4	2	4	3	3	3	3	1	5	3	3	2	4	2	4	2	4	1	5	2	4	1	5	2	5
9	1	2	1	18	2	2	4	3	2	2	4	2	4	2	4	4	2	2	4	2	4	1	5	1	5	2	4	3	2
10	1	1	1	18	3	3	3	2	4	3	3	1	5	1	5	2	2	3	3	2	4	1	5	2	4	2	4	3	3
11	1	2	1	19	3	4	2	2	3	2	4	1	5	5	1	4	3	3	3	2	4	2	4	2	4	3	3	4	2
12	1	2	1	19	2	4	2	2	2	3	3	2	4	5	1	3	3	1	5	4	2	2	4	1	5	4	2	3	3
13	1	1	1	18	3	3	3	2	3	3	3	1	5	2	4	2	3	1	5	2	4	2	4	4	2	2	4	3	2
14	1	2	1	19	3	4	2	3	2	2	4	1	5	2	4	2	3	2	4	2	4	1	5	1	5	1	5	4	3
15	1	1	1	18	2	3	3	3	3	2	4	1	5	2	4	4	3	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	3	4
16	1	2	1	18	3	3	3	4	4	1	5	1	5	2	4	2	3	2	4	1	5	1	5	2	4	4	2	3	4
17	1	2	1	17	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	3	2	4	2	4	3	4
18	1	2	1	16	2	3	3	2	2	2	4	1	5	2	4	4	3	2	4	2	4	3	3	1	5	1	5	4	4
19	1	2	1	18	4	3	3	5	2	1	5	3	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	1	5	3	4
20	1	1	1	18	5	4	2	2	3	2	4	1	5	1	5	3	3	2	4	2	4	1	5	2	4	2	4	3	2
21	1	2	1	18	4	2	4	4	4	1	5	1	5	1	5	3	4	2	4	2	4	3	3	1	5	1	5	3	4
22	1	2	1	17	5	4	2	2	3	3	3	1	5	2	4	4	4	3	3	4	2	4	2	4	2	4	2	2	2
23	2	2	1	19	1	4	2	2	3	3	3	1	5	3	3	2	3	1	5	2	4	1	5	2	4	3	3	3	3

24	2	2	1	18	2	4	2	3	3	3	3	1	5	2	4	2	3	2	4	2	4	2	4	4	2	4	1			
25	2	2	1	18	3	3	3	4	3	3	3	1	5	1	5	3	3	2	4	3	3	1	5	1	5	1	5	3	3	
26	2	1	1	18	2	4	2	4	3	3	3	1	5	2	4	3	3	1	5	2	4	3	3	4	2	3	3	3	2	
27	2	1	1	17	5	2	4	4	3	1	5	1	5	1	5	2	2	3	3	2	4	3	3	3	3	2	4	4	4	
28	2	2	1	17	3	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	3	3	2	4	3	3	2	4	2	4	1	5	3	2	
29	2	2	1	17	3	3	3	2	2	3	3	1	5	1	5	2	3	2	4	2	4	2	4	4	2	3	3	3	2	
30	2	2	1	17	3	4	2	3	3	4	2	2	4	2	4	4	2	3	3	2	4	2	4	3	3	2	4	4	2	
31	2	2	1	19	5	2	4	2	2	2	4	1	5	1	5	2	3	1	5	2	4	1	5	4	2	4	2	4	3	
32	2	2	1	17	3	2	4	4	3	2	4	1	5	3	3	4	3	2	4	2	4	4	2	2	4	2	4	4	4	
33	3	2	1	18	4	3	3	4	3	1	5	1	5	3	3	2	2	3	3	2	4	3	3	3	3	1	5	3	3	
34	3	2	1	18	2	4	2	2	2	2	4	2	4	2	4	3	2	2	4	1	5	2	4	1	5	4	2	4	2	
35	3	2	1	17	4	2	4	4	2	3	3	3	3	2	4	4	2	4	2	3	3	2	4	2	4	3	3	3	4	
36	3	1	1	19	3	2	4	5	2	3	3	3	3	3	3	4	4	2	4	3	3	3	3	1	5	1	5	4	5	
37	3	2	1	18	3	3	3	4	3	2	4	1	5	1	5	2	3	2	4	2	4	1	5	3	3	1	5	4	4	
38	3	1	1	17	2	3	3	5	3	3	3	1	5	5	1	2	3	2	4	2	4	3	3	2	4	4	2	2	2	
39	3	2	1	19	3	4	2	2	4	3	3	1	5	1	5	2	4	3	3	2	4	2	4	1	5	1	5	3	2	
40	3	1	1	17	5	4	2	3	4	3	3	2	4	1	5	3	3	1	5	1	5	1	5	2	4	3	3	4	2	
41	3	1	1	18	5	3	3	4	3	1	5	2	4	3	3	2	2	2	4	2	4	3	3	1	5	3	3	3	4	
42	3	2	1	18	2	4	2	3	2	3	3	1	5	2	4	2	2	1	5	4	2	1	5	3	3	1	5	3	1	
43	3	1	1	17	4	3	3	4	3	1	5	2	4	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	4	
44	3	2	1	18	4	3	3	5	3	3	3	1	5	3	3	4	3	3	3	3	2	4	2	4	3	3	4	5		
45	3	1	1	18	3	4	2	2	3	2	4	2	4	3	3	2	3	2	4	1	5	2	4	1	5	2	4	3	2	
46	3	1	1	18	5	3	3	2	2	3	3	1	5	1	5	4	2	3	3	4	2	3	3	2	4	2	4	3	2	
47	3	2	1	18	3	2	4	2	3	1	5	1	5	2	4	4	3	2	4	2	4	1	5	1	5	1	5	3	2	
48	3	2	1	18	3	4	2	5	4	2	4	4	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	4	1	5	2	4	2	4	
49	3	1	1	17	1	4	2	3	2	2	4	2	4	1	5	2	4	2	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	3	4
50	3	2	1	18	3	3	3	4	2	2	4	1	5	2	4	4	3	3	3	2	4	2	4	2	4	2	4	3	1	
51	3	2	1	18	3	2	4	3	2	3	3	1	5	1	5	2	4	1	5	2	4	2	4	2	4	1	5	3	2	

52	3	2	1	19	3	3	3	4	2	2	4	1	5	3	3	3	2	2	4	2	4	3	3	2	4	3	3	4	4
53	3	2	1	18	2	2	4	2	2	3	3	4	2	1	5	4	3	2	4	2	4	3	3	1	5	2	4	3	3
54	3	2	1	18	3	2	4	4	3	3	3	1	5	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	4	4	2	3	4
55	3	2	1	18	5	2	4	3	3	2	4	4	2	5	1	4	2	2	4	4	2	2	4	3	3	4	2	4	2
56	3	1	1	17	3	2	4	4	2	2	4	1	5	2	4	4	3	2	4	3	3	3	3	2	4	1	5	2	3
57	3	1	1	18	2	2	4	2	4	2	4	1	5	2	4	4	2	3	3	2	4	1	5	1	5	3	3	2	4
58	3	2	1	18	2	4	2	3	3	2	4	1	5	2	4	3	4	2	4	2	4	1	5	2	4	2	4	4	2
59	3	2	1	16	3	3	3	4	3	3	3	1	5	2	4	4	3	1	5	1	5	1	5	2	4	2	4	3	2
60	3	2	1	18	3	3	3	4	3	3	3	1	5	3	3	2	4	3	3	3	2	4	2	4	2	4	4	4	4
61	3	2	1	17	3	2	4	4	2	2	4	1	5	2	4	4	3	3	3	3	1	5	2	4	2	4	4	4	4
62	3	1	1	19	5	3	3	2	2	4	2	2	4	3	3	3	2	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	3
63	3	2	1	18	3	3	3	2	3	2	4	1	5	2	4	3	4	2	4	1	5	2	4	4	2	2	4	3	2
64	3	2	1	17	3	2	4	4	3	3	3	1	5	1	5	4	2	3	3	2	4	4	2	1	5	2	4	4	3
65	3	1	1	18	3	4	2	2	4	2	4	1	5	1	5	2	3	2	4	4	2	4	2	2	4	3	3	3	1
66	3	1	1	19	2	4	2	2	3	2	4	1	5	2	4	4	2	1	5	2	4	3	3	1	5	4	2	3	1
67	3	2	1	19	3	4	2	2	3	2	4	4	2	2	4	3	3	2	4	2	4	4	2	1	5	2	4	2	2
68	3	2	1	17	5	4	2	5	2	4	2	1	5	5	1	4	4	2	4	2	4	2	4	3	3	1	5	3	1
69	3	2	1	18	2	3	3	4	2	1	5	2	4	2	4	3	3	2	4	4	2	1	5	2	4	2	4	3	3
70	3	2	1	18	5	4	2	2	3	2	4	2	4	1	5	2	3	2	4	4	2	2	4	2	4	2	4	3	1
71	3	2	1	19	3	4	2	2	2	2	4	2	4	2	4	4	2	3	3	1	5	1	5	2	4	3	3	2	3
72	3	2	1	17	3	2	4	3	2	2	4	3	3	2	4	4	4	3	3	3	2	4	2	4	3	3	2	4	4
73	3	2	1	17	3	2	4	3	2	2	4	1	5	2	4	4	3	2	4	2	4	2	4	1	5	3	3	3	4
74	3	2	1	18	3	2	4	2	4	2	4	1	5	2	4	2	4	1	5	4	2	2	4	2	4	1	5	3	3
75	3	1	1	17	2	3	3	3	3	3	3	1	5	2	4	2	3	2	4	4	2	2	4	2	4	1	5	3	2
76	3	2	1	18	2	4	2	2	3	3	3	1	5	1	5	4	4	1	5	2	4	2	4	1	5	2	4	4	2
77	3	2	1	18	3	4	2	3	3	2	4	4	2	1	5	3	4	3	3	4	2	1	5	3	3	4	2	3	2
78	3	2	1	18	3	3	3	3	3	3	3	1	5	4	2	2	3	2	4	2	4	1	5	3	3	3	3	2	5
79	3	2	1	18	3	2	4	4	2	3	3	1	5	1	5	4	4	4	2	2	4	1	5	3	3	1	5	3	4

80	3	1	1	18	3	3	3	2	4	2	4	2	4	1	5	4	2	2	4	1	5	2	4	2	4	2	4	3	2
81	3	2	1	19	2	3	3	2	3	2	4	2	4	2	4	3	4	3	3	2	4	2	4	2	4	2	4	4	2
82	3	2	1	18	5	4	2	2	4	2	4	1	5	5	1	2	3	2	4	2	4	2	4	1	5	2	4	3	4
83	3	2	1	19	5	2	4	3	2	2	4	2	4	2	4	4	3	2	4	2	4	2	4	4	2	2	4	3	2
84	3	2	1	18	3	3	3	4	2	3	3	4	2	3	3	4	2	3	3	1	5	2	4	1	5	2	4	3	3
85	3	2	1	18	1	3	3	2	4	2	4	1	5	1	5	4	2	3	3	2	4	2	4	4	2	2	4	3	2
86	3	2	1	17	3	3	3	2	4	4	2	1	5	2	4	3	3	2	4	1	5	4	2	4	2	4	2	4	3
87	3	2	1	19	3	3	3	2	2	3	3	1	5	1	5	3	3	3	3	3	3	2	4	1	5	1	5	3	4
88	3	1	1	19	5	3	3	5	4	3	3	1	5	4	2	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	1	5	2	3
89	3	2	1	18	1	2	4	2	2	1	5	1	5	1	5	2	2	2	4	2	4	4	2	1	5	4	2	2	4
90	3	2	1	17	4	3	3	4	2	1	5	3	3	2	4	3	2	4	2	2	4	3	3	2	4	3	3	4	4
91	3	1	1	18	5	2	4	5	4	2	4	1	5	3	3	2	3	3	3	2	4	1	5	1	5	3	3	4	2
92	3	2	1	18	5	4	2	3	3	4	2	1	5	5	1	2	3	2	4	4	2	2	4	1	5	3	3	3	3
93	3	2	1	17	4	3	3	4	4	2	4	1	5	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	1	5	3	3	3	4
94	3	2	1	18	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	4
95	3	1	1	18	1	4	2	2	2	2	4	1	5	3	3	2	2	2	4	3	3	2	4	1	5	1	5	3	2
96	3	2	1	17	3	3	3	2	3	2	4	1	5	2	4	2	2	2	4	1	5	1	5	2	4	4	2	3	3
97	3	2	1	17	5	4	2	2	2	1	5	1	5	2	4	4	3	2	4	3	3	2	4	1	5	4	2	3	2
98	3	1	1	18	2	2	4	2	3	3	3	1	5	2	4	4	3	3	3	4	2	2	4	1	5	3	3	4	2
99	3	2	1	17	3	2	4	3	3	2	4	2	4	3	3	4	3	2	4	2	4	2	4	2	4	1	5	3	4
100	3	2	1	18	3	2	4	4	4	2	4	3	3	2	4	2	2	2	4	2	4	3	3	2	4	3	3	4	4
101	3	2	1	18	5	4	2	5	3	1	5	1	5	3	3	4	2	3	3	2	4	1	5	1	5	4	2	3	2
102	3	2	1	17	4	3	3	4	3	2	4	1	5	2	4	4	3	2	4	2	4	4	2	3	3	1	5	3	4
103	3	2	1	18	5	2	4	2	3	4	2	1	5	5	1	4	3	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3	3	1
104	3	2	1	19	3	2	4	4	2	3	3	3	3	2	4	2	3	4	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4
105	4	2	1	18	5	2	4	2	4	2	4	1	5	1	5	2	3	2	4	4	2	1	5	2	4	2	4	3	4
106	4	1	1	18	2	2	4	2	3	3	3	1	5	1	5	2	3	2	4	1	5	2	4	3	3	1	5	3	2
107	4	2	1	18	5	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	4	2	3	3	1	5	2	4	1	5	3	4

108	4	2	1	17	3	3	3	5	4	2	4	1	5	3	3	4	4	2	4	2	4	2	4	1	5	2	4	3	4
109	4	2	1	16	5	3	3	2	4	3	3	1	5	2	4	2	2	2	4	1	5	3	3	3	3	2	4	3	2
110	4	2	1	17	3	2	4	2	3	3	3	1	5	2	4	3	2	1	5	1	5	1	5	3	3	1	5	3	2
111	4	1	1	17	2	4	2	3	2	2	4	1	5	2	4	4	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3
112	4	2	1	18	2	4	2	3	4	3	3	2	4	5	1	4	4	1	5	4	2	2	4	1	5	1	5	3	1
113	4	2	1	19	3	3	3	4	3	3	3	1	5	4	2	3	2	2	4	3	3	3	3	2	4	2	4	2	3
114	4	2	1	18	1	4	2	2	2	2	4	1	5	2	4	2	4	2	4	1	5	2	4	2	4	3	3	2	2
115	4	2	1	19	1	2	4	3	4	3	3	2	4	2	4	2	3	2	4	2	4	2	4	4	2	2	4	4	2
116	4	1	1	18	2	2	4	2	3	4	2	1	5	1	5	3	3	2	4	1	5	3	3	4	2	1	5	3	2
117	4	2	1	18	4	2	4	4	3	2	4	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	1	5	2	3
118	4	2	1	19	3	2	4	2	2	2	4	1	5	2	4	2	2	2	4	2	4	4	2	1	5	1	5	3	4
119	4	2	1	17	2	4	2	4	3	2	4	4	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	4	1	5	3	2
120	4	2	1	18	5	3	3	2	2	2	4	1	5	5	1	2	2	2	4	2	4	3	3	4	2	2	4	2	3
121	4	1	1	18	2	3	3	5	3	3	3	1	5	2	4	2	4	1	5	1	5	4	2	1	5	2	4	3	3
122	4	1	1	18	4	2	4	5	2	1	5	1	5	4	2	2	4	2	4	3	3	4	2	3	3	2	4	3	4
123	4	2	1	18	3	4	2	3	4	4	2	1	5	1	5	4	2	1	5	3	3	1	5	1	5	4	2	3	4
124	4	2	1	17	2	3	3	5	2	1	5	1	5	5	1	4	3	2	4	3	3	3	3	2	4	4	2	3	2
125	4	1	1	18	3	4	2	2	2	2	4	1	5	3	3	2	4	2	4	2	4	1	5	2	4	4	2	3	4
126	4	2	1	18	4	3	3	5	3	1	5	1	5	1	5	4	4	4	2	2	4	4	2	3	3	3	3	2	3
127	4	1	1	18	5	3	3	4	4	3	3	1	5	2	4	2	2	2	4	1	5	2	4	2	4	3	3	3	2
128	4	1	1	19	5	2	4	3	2	2	4	1	5	1	5	4	4	2	4	4	2	1	5	2	4	1	5	3	3
129	4	2	1	18	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4	2	3	3	2	4	3	3	2	4	1	5	3	3
130	4	2	1	18	3	2	4	2	3	2	4	1	5	1	5	4	4	2	4	2	4	1	5	1	5	2	4	2	1
131	4	2	1	17	2	3	3	2	2	3	3	2	4	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	4	3	3	3	3
132	4	2	1	18	3	2	4	2	2	4	2	1	5	2	4	3	4	2	4	2	4	1	5	1	5	1	5	4	3
133	4	1	1	18	2	4	2	2	3	2	4	2	4	1	5	2	4	2	4	4	2	2	4	2	4	4	2	3	2
134	4	2	1	17	4	3	3	4	2	1	5	3	3	3	3	2	2	4	2	4	3	3	2	4	2	4	4	4	4
135	4	1	1	18	4	3	3	5	3	1	5	1	5	4	2	2	3	2	4	2	4	3	3	3	3	2	4	2	3

136	4	2	1	18	3	2	4	5	4	2	4	2	4	1	5	3	4	2	4	3	3	2	4	1	5	4	2	3	4
137	4	2	1	19	3	2	4	3	2	1	5	1	5	2	4	3	3	2	4	3	3	3	3	2	4	1	5	2	4
138	4	2	1	18	3	4	2	2	2	3	3	1	5	2	4	2	3	2	4	2	4	2	4	1	5	3	3	3	2
139	4	2	1	17	2	2	4	2	2	1	5	1	5	3	3	2	3	3	3	2	4	2	4	1	5	2	4	3	2
140	4	2	1	16	5	2	4	3	2	1	5	2	4	1	5	2	3	3	3	1	5	2	4	3	3	2	4	4	3
141	5	2	1	18	2	4	2	2	2	2	4	4	2	5	1	2	2	2	4	2	4	2	4	1	5	2	4	3	2
142	5	2	1	17	1	3	3	2	3	3	3	4	2	2	4	2	3	3	3	4	2	3	3	2	4	2	4	3	2
143	5	1	1	18	5	2	4	2	2	3	3	4	2	5	1	2	2	2	4	2	4	2	4	2	4	1	5	3	2
144	5	1	1	18	1	2	4	4	2	4	2	1	5	2	4	2	3	1	5	2	4	1	5	1	5	2	4	3	4
145	5	1	1	17	3	4	2	2	3	2	4	2	4	1	5	2	4	1	5	1	5	1	5	1	5	4	2	4	3
146	5	1	1	18	2	4	2	2	2	1	5	1	5	1	5	3	3	2	4	3	3	4	2	1	5	3	3	3	1
147	5	1	1	17	2	2	4	2	3	2	4	1	5	3	3	3	2	2	4	2	4	1	5	2	4	3	3	3	2
148	5	2	1	18	3	2	4	3	2	3	3	1	5	2	4	3	3	3	3	2	4	2	4	2	4	2	4	3	2
149	5	2	1	19	5	3	3	4	2	1	5	1	5	4	2	4	2	3	3	3	3	2	4	2	4	2	4	3	5
150	5	2	1	17	5	3	3	4	3	3	3	1	5	3	3	4	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	4
151	5	2	1	17	2	4	2	2	3	3	3	1	5	2	4	2	3	2	4	2	4	2	4	2	4	3	3	3	4
152	5	1	1	19	3	3	3	2	4	2	4	2	4	1	5	3	3	2	4	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3
153	5	1	1	17	1	2	4	2	2	2	4	1	5	3	3	2	3	2	4	1	5	2	4	2	4	2	4	3	4
154	5	2	1	18	3	3	3	3	3	1	5	2	4	2	4	2	3	2	4	4	2	4	2	1	5	2	4	3	4
155	5	1	1	18	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	2	4	1	5	3	3	
156	5	1	1	18	2	3	3	5	3	2	4	1	5	2	4	2	3	2	4	1	5	1	5	2	4	3	3	4	4
157	5	1	1	18	2	4	2	2	3	2	4	1	5	2	4	2	3	2	4	2	4	3	3	2	4	2	4	3	2
158	6	2	1	18	2	3	3	4	4	2	4	1	5	1	5	2	2	1	5	3	3	4	2	1	5	2	4	4	3
159	6	2	1	17	3	4	2	2	3	2	4	1	5	1	5	3	4	3	3	2	4	2	4	1	5	2	4	3	2
160	6	1	1	19	1	4	2	2	2	2	4	1	5	2	4	4	3	1	5	2	4	4	2	1	5	4	2	3	2
161	6	2	1	17	3	3	3	2	2	3	3	1	5	2	4	3	4	2	4	2	4	1	5	1	5	2	4	4	1
162	6	2	1	18	3	4	2	2	2	1	5	1	5	1	5	2	3	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	3	2
163	6	2	1	17	3	3	3	2	4	2	4	1	5	1	5	2	4	1	5	1	5	1	5	2	4	1	5	3	2

164	6	2	1	19	3	2	4	5	3	2	4	1	5	2	4	4	4	3	3	4	2	2	4	1	5	2	4	3	2	
165	6	2	1	18	3	4	2	2	3	2	4	4	2	2	4	4	3	1	5	4	2	1	5	2	4	3	3	3	3	
166	6	1	1	18	4	2	4	4	3	1	5	2	4	3	3	2	3	3	3	2	4	4	2	2	4	2	4	4	5	
167	6	2	1	17	5	3	3	2	4	3	3	1	5	1	5	2	2	1	5	3	3	1	5	2	4	4	2	3	4	
168	6	2	1	17	3	4	2	2	2	3	3	2	4	1	5	3	2	2	4	4	2	1	5	2	4	3	3	2	2	
169	6	2	1	18	3	3	3	4	4	2	4	1	5	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	5	2	4
170	6	1	1	17	4	2	4	4	3	3	3	1	5	4	2	3	3	2	4	2	4	3	3	1	5	2	4	3	4	
171	6	1	1	17	3	3	3	4	4	3	3	2	4	3	3	3	2	2	4	2	4	3	3	3	3	3	2	4	2	4
172	6	2	1	19	3	2	4	2	3	3	3	2	4	1	5	2	3	2	4	2	4	2	4	3	3	2	4	3	4	
173	6	1	1	17	3	3	3	4	2	2	4	1	5	2	4	3	4	3	3	2	4	2	4	2	4	3	3	4	3	
174	6	2	1	18	2	4	2	2	3	2	4	1	5	1	5	2	2	2	4	1	5	1	5	1	5	1	5	4	1	
175	6	2	1	19	2	2	4	2	2	2	4	1	5	1	5	2	2	2	4	1	5	2	4	2	4	2	4	3	2	
176	6	2	1	18	2	3	3	2	2	2	4	1	5	2	4	4	2	2	4	2	4	1	5	3	3	2	4	3	2	
177	6	1	1	16	3	2	4	2	3	2	4	1	5	2	4	2	3	2	4	3	3	2	4	2	4	2	4	4	2	
178	6	2	1	18	5	3	3	5	3	4	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	3	2	
179	6	2	1	18	4	2	4	4	3	1	5	1	5	2	4	2	2	2	4	2	4	3	3	3	3	1	5	3	4	
180	6	2	1	19	4	2	4	4	3	3	3	3	3	2	4	4	4	2	4	2	4	3	3	2	4	1	5	4	4	
181	6	2	1	18	5	4	2	2	3	2	4	2	4	2	4	4	3	3	3	2	4	2	4	1	5	3	3	4	2	
182	6	2	1	17	1	2	4	3	2	4	2	1	5	2	4	2	3	1	5	2	4	1	5	1	5	1	5	3	2	
183	3	1	2	19	3	3	3	4	3	1	5	4	2	2	4	4	3	1	5	3	3	2	4	1	5	3	3	3	3	
184	2	1	2	19	5	1	5	5	5	1	5	1	5	1	5	5	5	1	5	2	4	2	4	1	5	2	4	4	4	
185	2	1	2	18	3	2	4	4	3	2	4	1	5	2	4	3	3	1	5	2	4	1	5	3	3	1	5	4	3	
186	2	1	2	19	3	3	3	3	2	2	4	1	5	3	3	3	4	2	4	2	4	3	3	4	2	2	4	3	3	
187	3	2	2	18	3	4	2	3	2	1	5	1	5	3	3	3	2	2	4	3	3	1	5	1	5	3	3	3	2	
188	5	2	2	19	3	3	3	3	2	3	3	1	5	1	5	3	4	4	2	2	4	3	3	2	4	2	4	4	3	
189	6	2	2	19	3	3	3	3	2	2	4	1	5	2	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	
190	3	2	2	19	5	4	2	3	2	2	4	1	5	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	4	2	4	3	1	
191	5	2	2	19	4	3	3	3	3	2	4	2	4	2	4	3	3	4	2	4	2	3	3	3	3	2	4	3	3	

192	5	1	2	19	4	3	3	2	3	4	2	1	5	2	4	5	4	1	5	3	3	1	5	1	5	3	3	4	3
193	3	1	2	19	3	4	2	2	3	2	4	2	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3
194	6	1	2	19	5	1	5	3	3	1	5	1	5	1	5	3	5	2	4	3	3	4	2	1	5	1	5	3	4
195	1	1	2	19	3	3	3	3	3	4	2	3	3	1	5	4	3	2	4	4	2	2	4	4	2	3	3	2	3
196	3	1	2	18	4	3	3	3	2	1	5	1	5	2	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2
197	5	1	2	19	3	4	2	4	2	2	4	1	5	3	3	4	4	1	5	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2
198	5	1	2	19	3	3	3	1	3	3	3	1	5	1	5	4	3	2	4	3	3	2	4	1	5	3	3	3	4
199	5	1	2	19	3	4	2	1	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	4	2	4	2	4	2	4	4	2	3	3
200	5	2	2	19	3	4	2	1	3	1	5	2	4	2	4	3	3	1	5	2	4	2	4	2	4	2	4	3	4
201	3	2	2	19	2	4	2	3	5	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	4	2	3	3
202	5	1	2	19	2	5	1	3	3	2	4	1	5	2	4	3	4	3	3	3	3	2	4	2	4	3	3	2	2
203	3	1	2	19	5	3	3	4	2	2	4	1	5	2	4	4	3	4	2	2	4	3	3	4	2	2	4	3	3
204	3	2	2	19	4	4	2	2	2	2	4	1	5	3	3	4	3	2	4	2	4	3	3	2	4	2	4	3	2
205	6	2	2	19	3	2	4	4	2	3	3	1	5	1	5	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
206	3	2	2	18	5	4	2	2	3	3	3	1	5	1	5	3	3	4	2	3	3	2	4	1	5	1	5	3	3
207	5	1	2	19	3	2	4	2	4	3	3	3	3	2	4	3	4	2	4	3	3	4	2	3	3	4	2	3	3
208	3	2	2	19	4	2	4	2	3	2	4	1	5	3	3	3	3	1	5	3	3	3	3	1	5	2	4	3	2
209	5	2	2	18	3	4	2	3	3	2	4	1	5	1	5	3	3	1	5	4	2	2	4	3	3	3	3	3	4
210	3	2	2	19	4	3	3	3	3	4	2	1	5	1	5	4	3	2	4	2	4	2	4	3	3	3	3	2	3
211	1	2	2	19	3	3	3	2	2	3	3	1	5	1	5	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3
212	5	2	2	19	4	3	3	4	5	3	3	1	5	2	4	4	4	3	3	3	3	3	2	4	2	4	3	2	2
213	3	2	2	18	5	4	2	3	1	3	3	1	5	1	5	3	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3
214	5	1	2	18	4	5	1	2	3	3	3	2	4	2	4	3	3	1	5	3	3	3	1	5	2	4	2	1	1
215	3	1	2	19	3	2	4	3	4	2	4	1	5	2	4	4	5	2	4	2	4	1	5	1	5	1	5	2	4
216	5	2	2	19	3	3	3	2	5	2	4	1	5	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	1	5	4	3	3
217	3	2	2	19	3	2	4	4	3	4	2	1	5	1	5	3	5	2	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	4
218	3	2	2	18	3	2	4	2	3	3	3	1	5	2	4	3	3	2	4	1	5	2	4	3	3	1	5	3	4
219	1	2	2	19	3	3	3	3	3	1	5	1	5	3	3	3	3	2	4	4	2	3	3	3	3	2	4	3	2

220	3	2	2	19	4	4	2	2	3	2	4	1	5	2	4	4	3	2	4	3	3	1	5	2	4	3	3	3	3	
221	6	1	2	18	3	3	3	1	3	1	5	4	2	2	4	5	3	2	4	3	3	3	3	1	5	1	5	3	4	
222	6	2	2	19	2	1	5	2	4	1	5	1	5	2	4	1	4	5	1	1	5	1	5	3	3	3	3	3	3	
223	6	2	2	19	3	4	2	3	3	2	4	2	4	2	4	3	3	1	5	3	3	3	3	3	3	2	4	3	1	
224	3	2	2	18	4	4	2	4	2	4	2	1	5	2	4	4	3	2	4	3	3	2	4	4	2	3	3	3	3	
225	3	2	2	19	3	2	4	3	3	4	2	3	3	2	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	
226	6	2	2	19	3	2	4	5	2	1	5	1	5	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	1	5	4	2	3	2	
227	5	1	2	20	3	4	2	2	4	2	4	1	5	2	4	3	4	3	3	4	2	1	5	3	3	3	3	3	4	
228	1	2	2	18	2	1	5	3	3	2	4	1	5	1	5	1	1	2	4	2	4	1	5	1	5	1	5	3	5	
229	2	1	2	19	2	2	4	3	2	1	5	1	5	2	4	5	3	2	4	3	3	2	4	1	5	3	3	3	3	
230	2	1	2	19	4	1	5	3	3	1	5	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	5	3	4	
231	5	2	2	18	4	2	4	2	3	4	2	1	5	2	4	3	3	5	1	4	2	2	4	3	3	4	2	3	3	
232	3	2	2	19	4	1	5	1	3	3	3	3	3	2	4	3	3	5	1	1	5	2	4	2	4	3	3	3	4	
233	3	2	2	19	3	4	2	1	3	2	4	2	4	2	4	3	4	2	4	1	5	1	5	3	3	3	3	3	4	
234	5	2	2	19	5	3	3	3	4	4	2	3	3	2	4	1	4	2	4	3	3	4	2	4	2	2	4	3	4	
235	5	2	2	22	4	3	3	3	3	2	4	2	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
236	1	1	2	18	4	3	3	2	3	3	3	1	5	2	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	2	4	2	3	3	
237	6	2	2	18	4	3	3	4	3	2	4	2	4	2	4	3	3	2	4	3	3	2	4	1	5	3	3	3	3	
238	3	2	2	18	5	2	4	2	4	4	2	1	5	3	3	3	3	2	4	2	4	2	4	1	5	3	3	3	3	
239	1	2	2	19	4	3	3	4	2	2	4	1	5	2	4	4	3	2	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	
240	3	2	2	28	2	2	4	4	3	1	5	1	5	1	5	3	3	2	4	2	4	1	5	1	5	3	3	3	3	
241	3	2	2	18	3	4	2	3	3	2	4	1	5	2	4	3	4	2	4	3	3	1	5	2	4	2	4	3	1	
242	3	1	2	19	3	3	3	2	3	1	5	1	5	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2
243	2	2	2	18	5	1	5	3	4	4	2	2	4	1	5	3	3	1	5	2	4	2	4	2	4	4	2	2	5	
244	5	2	2	19	4	3	3	3	3	2	4	2	4	2	4	3	3	1	5	2	4	1	5	3	3	3	3	3	3	
245	5	1	2	19	4	3	3	3	5	1	5	1	5	2	4	4	2	1	5	3	3	2	4	3	3	2	4	3	3	
246	2	1	2	19	3	1	5	2	2	3	3	1	5	2	4	3	4	1	5	2	4	2	4	3	3	1	5	3	3	
247	3	2	2	19	4	2	4	2	3	2	4	1	5	2	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2

248	5	1	2	20	4	3	3	3	2	2	4	2	4	2	4	3	3	3	3	3	1	5	1	5	2	4	3	3		
249	1	1	2	19	4	3	3	2	5	3	3	1	5	1	5	4	4	2	4	3	3	1	5	1	5	2	4	3	3	
250	5	2	2	19	2	4	2	3	1	2	4	1	5	1	5	3	3	1	5	2	4	1	5	1	5	1	5	4	1	
251	3	1	2	19	2	4	2	3	3	2	4	1	5	2	4	4	4	4	2	2	4	3	3	3	3	1	5	2	2	
252	3	2	2	18	3	3	3	5	3	4	2	4	2	2	4	3	1	1	5	2	4	2	4	3	3	4	2	3	5	
253	6	1	2	18	4	2	4	4	5	3	3	2	4	2	4	4	3	1	5	2	4	3	3	2	4	3	3	3	2	
254	6	2	2	19	4	2	4	2	1	2	4	2	4	2	4	3	3	3	3	3	3	1	5	2	4	1	5	3	3	
255	5	1	2	18	4	5	1	2	2	3	3	1	5	1	5	4	4	2	4	2	4	3	3	3	3	2	4	3	3	
256	5	1	2	19	3	4	2	5	5	1	5	4	2	2	4	3	1	2	4	2	4	3	3	3	3	1	5	3	4	
257	3	2	2	19	5	2	4	3	2	1	5	2	4	2	4	3	1	2	4	3	3	1	5	1	5	2	4	2	4	
258	3	1	2	19	3	3	3	4	2	2	4	1	5	1	5	3	3	1	5	3	3	2	4	3	3	3	3	3	1	
259	6	1	2	19	3	1	5	3	3	3	3	1	5	3	3	3	5	1	5	2	4	2	4	3	3	1	5	2	4	
260	1	1	2	18	3	3	3	3	3	2	4	1	5	2	4	4	3	1	5	4	2	3	3	4	2	3	3	3	2	
261	5	1	2	18	3	3	3	2	3	2	4	1	5	1	5	3	4	3	3	4	2	3	3	1	5	1	5	3	2	
262	2	1	2	19	2	2	4	4	1	2	4	2	4	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	1	5	2	4	3	2	
263	5	2	2	19	3	5	1	2	3	2	4	2	4	2	4	3	3	1	5	2	4	2	4	3	3	1	5	3	3	
264	1	1	2	19	5	3	3	3	2	2	4	1	5	3	3	3	3	4	2	3	3	1	5	4	2	3	3	3	3	
265	6	1	2	19	3	2	4	3	3	1	5	1	5	2	4	5	3	5	1	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	
266	3	1	2	19	2	2	4	1	5	1	5	1	5	2	4	3	1	1	5	2	4	1	5	4	2	2	4	4	4	
267	5	2	2	19	5	4	2	3	2	2	4	1	5	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	
268	5	2	2	21	3	2	4	3	1	3	3	2	4	2	4	3	2	3	3	3	2	4	2	4	2	4	2	4	1	
269	5	2	2	18	3	3	3	3	5	2	4	2	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
270	5	2	2	19	3	3	3	4	3	1	5	1	5	2	4	3	5	2	4	2	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3
271	1	2	2	19	3	5	1	3	3	1	5	1	5	2	4	3	4	3	3	3	3	2	4	4	2	1	5	3	1	
272	5	2	2	19	3	4	2	4	3	1	5	2	4	2	4	3	3	1	5	3	3	2	4	3	3	1	5	3	3	
273	5	1	2	19	3	1	5	3	3	3	3	1	5	2	4	1	4	2	4	2	4	1	5	3	3	4	2	3	4	
274	5	2	2	19	3	3	3	3	3	1	5	2	4	2	4	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3	4	2	3	5	
275	5	2	2	19	5	4	2	2	1	2	4	1	5	3	3	4	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	1	

276	3	2	2	19	3	3	3	3	5	1	5	1	5	1	5	3	3	2	4	3	3	1	5	3	3	4	2	3	3
277	5	1	2	18	3	4	2	3	2	2	4	1	5	2	4	3	3	2	4	3	3	3	3	2	4	2	4	2	3
278	3	2	2	19	3	2	4	3	2	4	2	2	4	2	4	1	5	2	4	3	3	2	4	3	3	4	2	3	3
279	5	1	2	18	3	3	3	2	5	3	3	1	5	1	5	4	3	2	4	3	3	3	3	2	4	2	4	3	1
280	3	2	2	19	3	2	4	4	3	4	2	4	2	3	3	3	4	5	1	4	2	3	3	3	3	4	2	3	4
281	3	1	2	18	4	4	2	4	5	4	2	1	5	1	5	3	3	4	2	4	2	3	3	4	2	1	5	2	3
282	5	2	2	18	3	4	2	3	3	2	4	1	5	2	4	4	3	4	2	2	4	2	4	3	3	2	4	4	3
283	5	1	2	19	3	2	4	2	3	3	3	3	3	2	4	1	3	2	4	3	3	1	5	3	3	4	2	2	4
284	3	1	2	19	4	2	4	1	3	1	5	1	5	1	5	3	3	1	5	2	4	4	2	1	5	2	4	2	2
285	1	2	2	22	4	4	2	3	2	3	3	1	5	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	5	3	3	2	2
286	3	1	2	18	3	3	3	4	3	3	3	2	4	2	4	4	3	4	2	4	1	5	3	3	3	3	3	3	2
287	3	1	2	19	3	4	2	3	3	4	2	2	4	2	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	1
288	3	1	2	19	3	3	3	4	3	3	3	1	5	3	3	3	4	3	3	2	4	1	5	2	4	3	3	4	3
289	5	2	2	19	3	2	4	1	5	3	3	1	5	2	4	3	3	1	5	4	2	2	4	2	4	3	3	3	3
290	3	1	2	19	3	3	3	1	3	1	5	1	5	1	5	3	3	1	5	1	5	1	5	3	3	3	3	3	3
291	3	2	2	18	4	3	3	3	3	2	4	3	3	1	5	5	1	1	5	3	3	1	5	1	5	2	4	4	3
292	2	1	2	19	4	3	3	3	3	2	4	1	5	1	5	3	4	1	5	3	3	2	4	3	3	4	2	3	5
293	5	2	2	19	3	3	3	4	5	2	4	1	5	1	5	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3
294	6	1	2	20	3	3	3	3	2	4	2	2	4	2	4	3	3	3	3	2	4	2	4	3	3	2	4	3	3
295	5	2	2	19	3	2	4	1	4	1	5	3	3	2	4	3	3	5	1	2	4	1	5	2	4	4	2	3	2
296	3	1	2	19	4	3	3	3	5	2	4	1	5	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	4	3	3	2	2	2
297	2	1	2	19	4	4	2	2	3	4	2	1	5	1	5	3	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2
298	5	1	2	18	3	4	2	2	3	3	3	1	5	1	5	3	3	4	2	3	3	2	4	4	2	3	3	3	3
299	6	1	2	20	3	3	3	5	4	2	4	3	3	1	5	3	5	2	4	1	5	1	5	3	3	2	4	3	3
300	1	2	2	19	3	3	3	1	4	4	2	1	5	1	5	3	5	2	4	2	4	2	4	3	3	4	2	3	5
301	5	2	2	18	2	5	1	4	3	4	2	1	5	1	5	3	4	3	3	4	2	2	4	3	3	1	5	3	1
302	6	2	2	19	4	1	5	3	4	2	4	4	2	3	3	3	4	1	5	3	3	2	4	4	2	4	2	3	3
303	5	1	2	19	4	3	3	3	3	2	4	1	5	1	5	3	3	2	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3

304	3	2	2	19	2	2	4	3	3	1	5	1	5	2	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	1	5	2	4
305	5	2	2	19	4	4	2	3	3	2	4	1	5	3	3	3	3	4	2	3	3	2	4	4	2	3	3	3	1
306	3	2	2	19	3	3	3	2	3	2	4	1	5	2	4	3	2	2	4	2	4	1	5	4	2	3	3	2	3
307	2	2	2	19	4	3	3	4	3	2	4	1	5	2	4	4	2	4	2	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3
308	5	1	2	19	3	4	2	4	5	3	3	1	5	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	1	5	1	5	3	3
309	3	2	2	18	3	4	2	3	3	1	5	2	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	4	3	3
310	3	2	2	19	3	2	4	3	3	1	5	3	3	1	5	4	5	2	4	2	4	2	4	1	5	2	4	2	2



b. Base de datos variable estrés académico

id	p1	p2	Dimensión estresores									Dimensión síntomas(reacciones)												Dimensión estrategias de afrontamiento										
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32
1	1	5	5	3	3	4	4	1	5	2	3	2	2	4	2	3	4	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	4	2	2	1	5	5	3
2	1	3	2	3	3	2	2	5	3	2	1	2	4	3	2	4	2	3	2	3	3	3	2	2	5	1	4	3	4	5	4	3	4	4
3	1	3	2	4	3	4	3	3	3	3	1	3	4	4	1	1	4	4	3	3	3	1	1	3	3	3	5	4	3	3	3	3	4	4
4	1	3	4	4	3	4	4	3	3	3	2	1	2	4	1	3	2	1	3	3	4	3	3	1	3	3	3	5	5	3	4	3	5	5
5	1	5	3	4	4	2	2	2	2	1	5	3	2	3	3	3	2	3	2	4	3	3	1	1	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3
6	1	5	4	3	3	3	4	4	3	4	1	4	2	4	4	2	3	1	1	3	4	3	5	2	3	2	4	4	4	3	4	3	5	4
7	1	3	3	3	4	2	3	2	3	2	2	3	4	4	2	4	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	1	1	3	3	3
8	1	5	1	3	3	2	3	3	3	1	1	3	2	4	3	3	4	4	2	3	3	3	2	1	3	5	3	3	5	4	3	3	4	4
9	1	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	4	4	3	2	1	2	4	1	3	2	3	3	2	3	3	3	4	4	2	4
10	1	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	1	3	4	4	3	4	2	2	1	3	3	3	2	2	1	4	3	4	3	4	3	2	3
11	1	3	3	4	3	5	3	3	3	2	3	4	1	2	3	5	4	3	1	2	3	4	5	4	2	3	5	5	5	3	3	3	3	3
12	1	4	3	2	4	5	3	3	4	3	2	4	4	5	5	1	2	3	1	2	4	4	1	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3
13	1	5	2	4	2	2	3	4	3	3	5	5	3	2	4	4	4	2	3	3	4	3	2	2	2	2	4	4	3	3	1	3	2	3
14	1	4	3	4	2	3	3	4	3	2	3	3	1	2	2	3	4	3	3	3	4	3	2	1	2	2	1	4	2	4	3	3	3	3
15	1	3	5	3	3	4	2	1	2	2	2	5	2	4	3	4	2	3	2	2	2	3	1	1	2	1	5	4	5	3	3	4	5	3
16	1	3	2	5	4	4	2	1	3	2	2	3	2	2	3	5	2	2	4	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3
17	1	3	3	4	3	5	3	3	3	4	5	2	5	3	5	4	4	3	3	1	4	4	2	2	4	3	3	3	3	2	4	3	2	4
18	1	3	5	3	2	3	4	3	3	2	4	2	1	3	2	3	4	2	1	3	4	1	2	2	3	2	3	5	2	1	4	5	4	4
19	1	3	3	2	3	4	1	3	5	3	4	3	2	5	2	3	4	3	3	3	2	3	2	2	5	5	4	3	3	3	2	4	4	4
20	1	3	3	4	2	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	5	2	1	4	3	3	1	2	2	3	3	4	4	5	3	3	3	4	4
21	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	5	3	3	3	3	2	3	3	3	2	1	2	2	2	3	4	4	2	3	2	3	4	3
22	1	5	5	5	4	5	4	5	3	3	3	5	5	5	5	5	5	4	3	4	4	4	5	5	5	5	5	4	5	2	2	4	4	4
23	1	3	2	3	2	4	1	2	3	4	4	1	5	3	3	5	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	1	4	4	3	3	3	4	3
24	1	5	1	4	3	3	2	3	3	2	5	3	4	1	4	1	4	3	2	3	3	3	5	3	4	1	1	4	4	4	4	4	2	4
25	1	2	2	3	3	5	3	1	2	3	1	4	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	1	3	2	3	3	3	5	3	3	5	3	4
26	1	4	3	2	3	3	3	3	3	4	5	3	4	3	3	2	4	4	2	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	2	3	5	2	5
27	1	2	1	3	3	2	3	4	3	3	3	4	2	2	4	1	3	4	2	3	4	2	1	3	2	3	4	3	4	3	3	3	5	3

28	1	2	3	4	4	3	4	3	5	2	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	2	2	2	2	3	3	3	4	3	1	4	4	4	
29	1	3	4	3	2	4	2	3	3	3	5	5	3	4	2	1	2	3	3	1	2	5	2	2	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	
30	1	3	3	3	3	5	3	4	3	1	5	1	4	2	4	2	2	3	4	2	4	4	2	4	3	5	3	4	3	3	2	3	4	3	
31	1	5	3	5	2	5	2	4	3	2	1	2	2	2	4	4	2	3	4	3	3	2	3	3	2	3	1	3	4	5	4	3	4	2	
32	1	3	2	3	3	3	1	4	3	2	3	3	5	3	3	2	4	4	2	2	2	4	5	2	2	3	3	4	5	4	3	3	3	3	
33	1	3	3	3	5	3	2	2	2	4	1	1	4	4	4	3	4	1	1	3	3	2	3	2	3	3	3	5	5	2	4	3	5	3	
34	1	3	2	4	5	2	3	2	3	3	2	1	4	3	2	1	4	3	3	2	4	1	3	1	3	5	3	3	3	3	3	4	4	4	
35	1	4	3	3	3	5	3	3	3	3	2	2	1	3	5	5	3	4	4	3	3	3	2	2	3	2	4	3	4	5	5	3	5	3	
36	1	3	3	4	2	4	2	4	4	2	3	1	4	3	4	4	3	2	4	3	3	3	1	2	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	
37	1	5	3	3	3	4	1	5	3	2	1	3	1	4	2	5	4	3	1	3	4	1	1	1	3	3	3	3	3	3	1	3	4	5	
38	1	3	1	3	3	3	3	1	3	1	5	4	4	5	2	4	3	2	3	4	3	3	3	5	3	3	3	3	3	5	3	3	4	3	
39	1	3	3	4	4	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	4	5	3	2	3	3	1	3	1	2	3	3	4	4	4	3	4	4	4	
40	1	3	2	4	2	5	3	4	3	4	2	4	4	3	4	2	3	3	3	2	2	1	5	3	3	3	1	4	3	1	4	3	3	4	
41	1	5	3	4	5	5	3	1	3	3	5	3	2	2	3	2	3	2	4	2	2	3	1	2	3	3	4	3	2	3	3	3	5	4	
42	1	5	5	4	2	4	1	3	3	3	2	1	1	1	4	1	5	3	4	3	3	3	2	3	2	3	2	4	2	2	4	3	4	4	
43	1	2	3	3	2	4	2	3	3	3	2	4	3	4	4	3	3	3	3	2	3	5	2	4	2	3	4	4	3	3	5	3	4	4	
44	1	5	2	4	3	4	2	3	3	3	5	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	4	4	5	4	4	4	4	4	
45	1	5	3	3	3	3	3	3	2	4	1	3	4	2	2	4	2	4	2	4	3	3	2	5	3	1	4	3	3	2	3	3	4	4	
46	1	3	4	3	3	3	2	2	3	3	4	1	4	3	2	3	3	3	4	4	3	1	2	3	5	5	3	3	2	5	3	5	4	4	
47	1	3	3	4	2	2	1	3	3	2	4	1	1	4	2	2	3	3	1	4	4	3	2	2	3	3	4	4	2	3	3	4	2	3	
48	1	3	2	3	3	4	1	4	3	4	5	4	5	2	5	3	2	4	3	3	4	1	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	
49	1	5	3	3	4	5	3	3	4	3	4	2	3	3	2	4	3	3	4	3	4	2	2	3	5	3	4	3	4	1	4	5	4	3	
50	1	3	3	4	2	3	3	4	3	2	3	1	4	3	3	3	2	3	4	3	4	2	2	3	3	3	3	4	2	4	4	3	4	3	
51	1	3	3	3	2	5	3	3	3	2	1	4	4	2	3	3	3	2	4	3	2	1	2	2	3	2	2	3	4	3	1	3	4	3	
52	1	3	3	2	3	3	3	3	2	3	5	2	2	2	2	4	3	1	4	3	4	4	2	2	3	1	2	5	4	4	4	4	3	4	
53	1	3	3	3	3	2	1	3	2	2	5	3	2	1	4	1	4	3	4	3	4	1	3	3	5	3	2	3	3	4	3	5	5	4	
54	1	2	3	4	4	3	2	2	5	3	5	2	4	3	1	3	4	4	4	3	2	3	2	1	3	1	1	3	3	1	4	4	2	5	
55	1	3	2	5	4	4	2	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	5	1	5	2	5	4	4	3	4	3	3	4	4
56	1	3	3	4	4	3	2	4	3	1	2	3	5	3	4	3	4	4	2	2	3	2	3	2	3	3	4	4	2	3	2	3	3	3	
57	1	5	3	3	3	3	2	2	2	3	3	1	4	1	3	4	4	2	3	3	3	3	1	4	3	3	4	3	4	2	1	4	3	4	
58	1	3	4	4	4	3	1	2	3	3	3	1	2	3	4	1	4	3	4	2	3	1	1	5	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	

59	1	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	4	1	3	3	3	5	4	3	2	3	3	3	2	2	
60	1	3	3	4	4	4	2	3	3	2	4	1	4	3	5	4	2	1	4	1	4	2	3	4	3	1	3	3	4	5	3	3	3	4	
61	1	3	2	4	5	3	3	2	2	3	1	3	3	3	2	3	4	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	4	4	3	
62	1	2	3	3	3	5	2	4	3	3	3	2	5	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	
63	1	3	3	4	3	5	2	3	3	2	3	3	4	3	2	4	3	3	1	3	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	
64	1	4	2	4	5	4	2	3	3	3	2	1	4	4	4	2	3	2	2	3	2	1	2	2	5	3	2	4	3	4	4	3	4	3	
65	1	3	5	3	3	5	3	4	3	2	3	3	2	2	4	1	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	5	3	4	3	3	4	4	
66	1	3	3	2	5	3	3	2	3	3	3	4	1	5	2	3	3	2	4	4	4	4	1	3	3	2	4	3	3	3	1	4	2	4	
67	1	5	3	3	2	5	3	3	3	3	3	3	2	2	4	4	4	2	4	2	3	1	5	2	2	3	1	4	4	5	3	5	4	4	
68	1	3	3	3	3	4	3	3	3	2	4	4	4	3	2	1	5	4	4	3	4	1	5	4	3	3	4	5	3	4	4	3	3	3	
69	1	3	1	4	3	3	3	4	2	3	2	4	4	3	4	1	3	2	2	4	4	1	3	1	3	3	2	3	3	3	5	3	5	3	
70	1	3	2	3	5	5	3	5	3	2	2	3	1	5	4	3	2	2	2	3	4	1	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	2	
71	1	3	3	3	4	4	3	3	2	3	2	2	4	3	4	2	3	1	1	3	4	4	2	3	2	3	3	4	4	3	4	3	4	4	
72	1	2	3	4	3	5	1	1	5	2	3	4	3	1	3	4	4	3	2	2	3	3	5	1	4	3	4	3	4	2	4	5	5	3	
73	1	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	5	2	3	3	3	4	3	2	3	3	1	3	4	2	3	5	4	3	
74	1	3	3	3	2	4	2	1	2	4	3	1	3	5	2	2	3	4	3	3	3	1	3	2	2	3	4	3	4	3	3	3	5	4	
75	1	3	3	3	4	3	1	2	4	3	3	5	3	2	2	3	3	3	1	3	3	3	1	4	2	2	3	5	3	5	3	4	2	3	
76	1	3	3	3	2	3	2	4	2	1	1	1	5	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	5	4	3	3	3	4	
77	1	5	2	4	4	3	4	3	4	4	4	1	4	2	4	3	2	3	4	2	2	4	3	4	4	3	5	5	4	3	4	3	2	4	
78	1	5	1	3	2	5	2	2	3	3	2	3	4	3	4	2	4	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	5	3
79	1	3	3	3	3	3	1	4	4	2	3	1	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	2	5	3	3	4	3	4	3	2	3	4	5	
80	1	3	4	3	3	3	4	4	2	2	3	2	2	4	2	1	3	3	3	2	4	4	2	2	2	2	3	3	3	2	3	4	3	4	
81	1	3	2	5	3	3	1	2	3	3	5	1	2	3	4	2	3	4	3	2	4	1	5	2	3	3	4	3	4	4	2	4	4	3	
82	1	4	3	3	3	5	3	4	3	4	2	3	2	3	3	5	3	2	3	4	2	3	3	1	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	
83	1	3	3	5	4	4	2	1	3	2	1	3	3	5	2	5	4	4	2	3	3	3	2	2	2	5	3	3	4	3	4	3	4	4	
84	1	3	3	3	3	5	2	3	3	2	5	4	2	2	2	1	3	4	3	3	4	3	2	2	5	3	2	4	5	3	3	3	4	3	
85	1	5	2	2	4	5	2	4	3	2	3	1	4	2	2	2	2	2	4	3	3	4	2	3	3	3	3	5	5	2	4	3	2	3	
86	1	2	3	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	5	3	4	3	3	1	3	4	3	4	3	3	4	
87	1	3	1	4	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	4	2	1	2	3	4	4	3	3	4	4	2	3	
88	1	5	5	5	2	5	2	3	3	3	3	4	2	4	3	3	2	4	4	3	2	3	3	2	3	3	4	5	5	3	4	3	4	4	
89	1	2	2	3	4	3	3	4	2	4	1	1	2	3	2	3	4	3	2	2	4	3	2	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	4	

90	1	3	2	4	3	5	1	2	3	3	5	3	1	4	4	4	4	4	3	3	3	1	2	3	2	4	3	3	4	3	3	4	3	
91	1	4	2	3	2	4	4	4	3	4	4	3	4	3	1	3	2	3	2	2	4	4	3	2	3	3	3	3	1	3	3	5	3	
92	1	3	3	4	3	4	2	4	3	2	2	4	2	5	2	3	4	4	4	4	3	1	5	4	5	3	4	4	3	3	2	5	2	4
93	1	2	3	4	2	3	1	2	2	3	4	1	1	4	2	5	3	4	4	3	3	2	2	5	3	3	4	4	5	5	3	5	4	4
94	1	3	3	4	3	2	4	4	3	4	2	3	2	3	2	4	3	2	3	3	3	3	5	3	5	2	5	3	5	2	4	3	5	
95	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	5	2	1	2	3	1	3	3	4	2	2	4	1	2	3	1	4	4	2	4	3	3	4	3
96	1	5	2	2	3	5	3	5	3	2	4	1	2	3	2	1	2	2	2	1	4	3	2	2	3	1	4	3	4	5	3	3	5	3
97	1	5	2	3	5	5	3	4	5	1	5	1	3	2	3	2	3	3	2	3	4	3	2	1	3	3	4	3	4	5	4	3	3	4
98	1	3	4	2	2	3	1	4	3	4	2	4	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	5	1	3	5	4	3
99	1	5	3	3	4	3	3	1	2	3	1	2	2	4	3	5	3	4	3	3	4	3	3	2	2	3	4	3	3	4	4	3	2	4
100	1	3	3	4	3	5	4	4	4	3	3	3	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
101	1	5	3	2	3	5	4	5	3	1	5	2	4	3	2	4	3	3	2	3	2	3	1	5	3	2	1	3	3	5	5	3	3	3
102	1	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	1	4	2	5	3	3	3	2	4	3	3	1	1	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4
103	1	3	3	5	3	3	3	4	3	4	5	2	4	2	3	4	2	4	1	4	3	2	2	2	3	3	4	5	4	3	4	4	4	5
104	1	3	3	2	2	5	3	2	5	4	2	1	4	2	3	4	5	2	4	3	3	4	2	4	3	3	3	4	4	1	5	4	3	
105	1	3	3	4	4	4	2	1	3	2	2	5	1	2	2	3	2	4	1	3	4	3	2	2	3	3	4	5	3	4	3	3	4	4
106	1	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	1	3	2	1	1	3	2	4	1	3	2	1	1	4	3	4	4	5	4	3	5	2	2
107	1	3	3	3	4	5	4	2	2	4	3	3	4	5	2	1	5	3	4	2	3	3	1	2	3	2	4	3	5	5	3	4	4	3
108	1	5	3	4	2	4	3	1	4	2	3	3	1	2	2	4	3	3	4	2	3	1	2	3	5	5	4	5	3	3	4	3	2	4
109	1	5	3	3	3	5	1	3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	4	1	2	3	1	2	3	3	3	4	3	5	5	4	4	2	5
110	1	5	3	3	2	3	2	5	3	3	2	2	1	3	1	4	3	3	3	3	2	1	1	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3
111	1	3	5	5	2	4	1	1	3	3	4	2	3	2	4	4	4	2	1	3	2	4	2	3	2	3	4	3	5	3	4	4	3	4
112	1	3	2	3	4	4	1	3	4	3	3	3	3	3	5	2	3	4	2	3	2	3	2	1	2	5	3	4	5	3	5	4	5	4
113	1	5	1	3	3	2	2	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	1	4	3	4	1	3	5	2	3	4	4	2	5	3	3	4	3
114	1	5	2	4	2	3	2	3	5	2	2	3	2	2	2	1	4	4	2	2	4	3	3	2	3	3	5	3	4	3	3	3	3	3
115	1	3	3	2	4	5	2	3	3	3	2	2	4	2	2	4	3	3	2	3	2	3	3	2	4	1	4	4	5	4	1	3	4	3
116	1	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	2	3	4	2	3	3	4	3	3	3	5	3	3	3	2	4	2	5	
117	1	3	3	3	2	5	3	3	2	4	1	3	3	4	4	2	4	2	3	1	4	4	5	3	2	3	2	4	4	5	3	5	3	4
118	1	5	3	3	2	4	2	4	3	2	2	1	4	2	3	2	4	3	2	2	3	3	1	1	3	3	2	5	4	3	3	3	4	3
119	1	5	1	3	2	4	3	2	3	3	3	4	4	2	2	4	3	4	2	4	3	1	2	2	3	5	3	4	3	3	2	4	3	4
120	1	3	2	4	3	2	2	2	2	3	4	3	4	3	4	3	3	2	4	4	3	3	2	2	4	3	3	4	4	5	4	4	3	4

121	1	3	4	2	3	2	1	2	3	4	5	1	2	2	3	3	4	1	2	3	3	4	5	3	3	5	1	3	2	3	3	3	4	3	
122	1	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	1	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	
123	1	5	1	3	4	2	1	4	3	3	5	2	2	3	4	2	3	2	4	3	2	5	2	2	3	3	5	3	3	2	4	4	3	4	
124	1	3	3	3	2	3	1	4	3	2	3	4	4	2	2	2	5	2	4	4	2	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	
125	1	2	3	3	2	4	2	3	4	4	2	3	2	3	3	4	3	4	4	3	4	3	1	3	3	1	3	4	4	3	5	3	3	3	
126	1	4	3	4	3	5	2	4	3	3	4	3	4	3	2	4	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	4	4	
127	1	3	3	4	3	3	2	3	3	4	2	4	2	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	4	3	1	5	3	4	3	2	4	3	3	
128	1	3	3	3	3	5	2	1	3	3	4	1	2	4	4	2	3	4	1	3	4	2	5	4	2	5	3	3	3	4	3	4	2	2	
129	1	2	2	3	3	4	3	2	3	3	5	3	4	2	2	4	3	3	1	3	4	3	5	3	3	2	4	4	5	3	3	3	4	2	
130	1	3	3	3	3	4	3	1	3	3	3	1	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	2	1	4	3	4	
131	1	2	2	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	1	3	3	2	2	4	3	1	3	4	3	4	3	5	3	3	4	2	3	
132	1	5	2	3	3	5	4	1	3	3	5	4	4	2	1	2	3	3	2	1	2	2	3	1	2	5	4	3	5	3	3	3	2	4	
133	1	4	3	5	3	4	1	4	3	3	3	3	3	4	4	2	5	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	
134	1	3	3	4	2	3	1	4	4	3	2	3	5	1	2	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	
135	1	3	4	3	3	4	4	4	3	2	3	1	4	2	3	3	2	2	4	4	2	2	3	2	4	1	4	5	3	3	3	4	4	3	
136	1	3	3	3	3	5	4	4	2	3	3	1	4	2	4	4	3	4	4	2	2	1	3	3	2	3	2	4	3	2	3	4	3	4	
137	1	2	3	3	2	3	2	4	2	4	2	2	4	3	4	2	4	2	3	2	4	4	2	4	3	2	2	3	2	3	4	3	2	3	
138	1	3	3	5	2	4	2	2	2	3	2	1	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	2	4	4	3	
139	1	4	3	2	3	2	2	5	3	2	1	5	1	3	2	4	4	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	1	3	3	3	4	
140	1	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	1	3	2	2	2	3	3	3	4	4	3	2	3	3	4	5	4	3	4	4	4	3	
141	1	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	1	2	3	5	2	4	2	3	3	4	4	3	2	3	3	2	4	4	4	5	4	4	4	
142	1	3	2	4	3	3	2	3	3	3	2	4	2	4	2	4	3	3	4	2	4	3	5	1	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	
143	1	5	3	3	3	4	3	3	3	3	5	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	5	1	2	3	4	3	5	3	4	3	3	3	
144	1	5	2	4	3	5	3	2	3	1	3	3	3	2	1	1	5	3	3	3	3	3	1	1	3	1	5	3	3	4	2	3	2	2	
145	1	3	3	4	5	3	1	5	3	3	2	3	3	2	4	3	3	2	4	2	2	3	2	2	2	3	4	3	2	3	3	3	2	3	
146	1	3	5	4	3	4	3	1	3	3	1	1	2	2	2	2	4	4	3	3	3	4	2	2	3	3	4	4	2	4	4	4	4	3	
147	1	3	3	3	3	5	2	3	2	3	1	1	2	2	5	1	4	2	3	4	3	1	3	2	3	2	4	3	4	4	3	3	3	3	
148	1	3	2	3	3	5	1	2	3	3	5	2	2	3	4	2	2	2	4	3	4	5	2	2	3	3	2	4	4	3	2	4	4	2	
149	1	5	3	2	3	4	2	3	3	4	3	1	2	3	2	1	4	3	3	3	4	5	3	1	3	5	4	4	5	2	2	4	5	4	
150	1	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	3	3	2	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3
151	1	3	3	2	3	4	4	3	3	2	2	1	3	2	4	4	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3

152	1	5	3	3	2	5	1	4	3	2	3	4	4	3	2	4	2	1	2	3	3	3	2	1	3	3	3	3	5	3	3	5	4	4
153	1	3	3	4	4	2	3	4	3	3	3	1	4	4	2	1	2	2	2	3	2	3	2	1	3	1	3	4	3	2	3	3	4	3
154	1	3	3	4	3	4	4	5	2	4	3	3	2	2	3	1	3	3	4	1	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3
155	1	3	3	4	5	4	3	4	3	3	3	1	1	5	4	3	4	3	3	2	4	4	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4
156	1	3	1	3	4	3	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	3	3	4	3	3	3	2	3	3	1	4	5	5	4	3	5	5	5
157	1	3	3	4	2	5	2	4	3	3	2	1	4	3	2	3	2	3	4	3	4	4	3	2	2	3	4	3	2	3	2	3	3	3
158	1	5	3	3	2	2	2	1	3	3	2	3	3	4	3	3	5	2	3	1	3	4	3	1	3	1	2	3	5	3	3	4	3	3
159	1	5	3	2	2	3	2	3	3	2	5	3	4	2	3	3	4	4	3	2	4	3	2	2	3	5	4	3	3	2	2	3	2	5
160	1	5	5	4	2	4	2	3	5	2	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	1	5	3	2	3	4	3	3	4	2	3	3	3
161	1	3	3	2	3	3	1	3	3	1	5	4	2	3	2	4	4	3	2	2	2	3	5	3	2	1	4	3	3	4	4	3	4	3
162	1	3	2	4	3	3	2	3	3	2	3	1	2	3	3	1	2	2	2	3	2	1	1	2	3	3	4	3	3	3	3	4	2	2
163	1	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	4	4	4	3	3	3	4	4
164	1	3	2	4	2	4	2	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	5	4	4	3	4	3	3
165	1	3	2	2	4	4	4	2	3	3	5	3	2	4	2	1	4	4	2	3	2	1	1	3	5	5	5	4	3	5	4	3	5	3
166	1	5	3	4	2	3	3	3	3	3	3	5	4	3	2	3	3	2	1	3	4	1	2	1	3	3	4	4	4	3	4	3	5	4
167	1	2	3	3	3	4	2	1	5	3	5	3	2	4	3	4	2	2	2	4	3	2	2	2	3	3	3	4	3	4	3	3	2	4
168	1	2	2	3	3	3	4	5	3	3	4	2	4	3	1	4	3	2	1	3	3	1	3	4	2	2	4	4	5	2	5	4	3	3
169	1	3	4	3	4	4	1	3	3	2	5	1	5	3	4	2	3	4	1	3	2	1	2	3	3	3	3	4	3	3	5	5	2	2
170	1	3	3	4	3	3	3	1	2	3	2	1	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	4	4	3	4	4	3	5	4
171	1	3	3	4	2	3	1	3	2	2	3	2	4	3	4	1	4	4	3	2	4	5	3	4	2	1	4	3	5	4	3	4	4	4
172	1	5	5	2	3	3	3	4	3	3	3	5	1	4	2	1	2	2	4	3	2	3	3	3	3	1	4	3	3	2	5	4	3	3
173	1	3	3	4	4	3	2	3	3	4	4	1	4	2	4	2	2	4	3	3	3	5	1	2	2	2	2	5	4	4	3	4	3	3
174	1	3	3	3	2	3	1	1	2	3	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	4	4	4	5	3	5	5	3
175	1	2	3	4	2	3	3	3	2	4	3	1	5	2	3	2	2	3	2	3	3	1	2	2	2	3	4	3	2	1	3	3	2	3
176	1	3	3	3	3	2	1	4	3	3	4	1	1	1	4	4	4	2	1	2	2	4	1	3	2	5	2	3	4	5	4	3	4	3
177	1	3	2	3	4	4	3	2	3	3	3	2	4	1	2	3	2	2	4	2	3	3	2	2	2	3	4	3	4	3	3	3	4	4
178	1	3	3	3	2	4	2	2	3	3	3	5	4	3	3	2	3	2	3	3	2	5	1	3	3	5	4	3	5	3	3	3	3	4
179	1	3	2	4	2	3	3	4	3	4	3	4	2	1	5	2	2	4	3	3	2	1	2	1	2	3	2	3	2	4	3	4	4	3
180	1	2	4	4	4	5	3	4	3	3	3	2	2	3	4	2	2	2	3	4	4	1	5	1	2	3	3	4	4	3	3	3	4	4
181	1	3	3	4	3	3	2	3	3	4	2	2	4	1	2	1	3	3	3	4	4	3	5	3	3	5	4	4	4	3	3	5	4	3
182	1	4	3	2	3	3	2	4	3	4	1	1	2	2	2	2	3	1	3	3	3	2	3	5	2	3	3	3	3	1	3	3	3	4

183	1	3	2	2	4	4	1	3	4	3	5	5	3	4	3	3	4	2	4	3	2	3	2	2	1	3	4	3	2	2	2	4	3	4	
184	1	3	3	3	3	4	1	2	5	3	4	2	3	3	1	4	3	2	2	4	2	5	1	2	1	1	3	3	4	2	1	4	4	3	
185	1	5	4	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	4	2	3	3	2	1	1	5	1	1	3	5	3	3	2	2	4	2	1	
186	1	3	3	5	4	1	1	3	3	4	3	2	5	3	3	1	4	3	5	4	3	3	3	1	3	3	4	3	5	3	1	4	3	3	
187	1	5	2	5	3	3	1	1	4	1	2	3	4	4	1	1	3	4	4	4	2	3	3	2	3	3	4	3	3	2	2	3	5	3	
188	1	3	3	2	3	4	2	3	2	4	2	1	1	4	4	2	3	4	5	5	2	1	3	1	1	5	5	2	1	5	2	5	5	5	
189	1	3	2	2	2	5	1	5	1	4	2	2	4	3	1	4	5	4	4	5	3	4	3	2	1	4	4	3	4	2	1	2	3	3	
190	1	5	2	3	3	5	5	3	2	3	3	4	3	2	4	1	3	3	2	4	4	4	3	2	1	3	4	5	4	2	1	4	5	4	
191	1	5	3	3	3	5	2	2	2	3	5	2	2	2	3	5	4	5	3	3	3	5	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	
192	1	5	5	5	3	1	1	3	3	3	3	5	4	2	5	2	2	3	3	5	2	2	2	3	1	4	3	4	4	5	2	3	3	3	
193	1	3	3	5	4	4	4	3	3	4	3	3	3	1	3	5	4	2	4	5	3	1	2	3	1	4	4	4	3	2	1	4	3	3	
194	1	5	4	3	3	4	4	1	3	4	3	3	2	3	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	1	4	4	4	1	4	2	3	4	3	
195	1	4	3	3	4	5	2	5	4	3	5	2	3	4	2	4	3	5	4	4	5	2	2	4	4	3	4	3	4	1	3	3	3	1	
196	1	5	3	4	4	5	2	3	1	3	2	3	3	3	1	2	4	2	2	2	2	4	2	3	4	4	4	3	5	1	3	3	4	5	
197	1	1	3	5	4	4	5	3	3	4	3	3	3	2	2	4	2	4	3	2	1	3	3	3	4	5	3	4	4	4	3	2	2	3	
198	1	4	2	3	2	3	4	3	3	4	3	2	3	2	3	5	4	2	4	2	3	2	1	2	4	5	4	3	4	2	2	3	4	1	
199	1	3	2	4	4	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	5	3	2	4	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	2	4	3	3	
200	1	4	1	4	3	3	3	3	2	4	3	2	3	2	3	2	4	1	4	3	3	3	2	3	2	4	4	3	2	2	2	2	3	2	4
201	1	5	1	3	3	4	1	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	4	2	3	4	2	2	4	2	4	4	2	4	3	2	5	3	5	
202	1	3	1	3	4	5	3	3	2	1	2	2	4	4	3	4	4	3	4	3	2	4	5	4	3	2	4	3	3	4	1	3	4	3	
203	1	3	4	4	3	5	5	5	3	3	4	5	3	1	3	4	3	3	2	4	3	4	2	1	3	3	4	3	3	4	2	3	3	4	
204	1	5	4	5	2	4	2	4	2	3	3	2	3	1	3	5	4	1	4	2	3	2	2	3	4	4	4	4	4	3	2	4	3	3	
205	1	4	4	4	3	3	3	4	2	4	3	1	4	1	2	4	4	3	2	5	3	1	1	3	3	4	3	3	2	2	3	4	4	4	
206	1	5	3	4	4	4	1	5	2	3	5	3	3	4	3	1	3	3	5	3	1	2	2	1	1	5	3	3	3	4	2	3	4	4	
207	1	3	4	4	4	3	2	3	3	4	3	3	3	2	5	1	5	3	4	3	4	5	2	3	4	3	5	4	3	4	1	3	4	3	
208	1	3	4	5	2	3	2	3	4	2	3	3	3	2	1	4	4	3	1	3	5	3	2	1	2	1	3	4	4	2	2	3	3	5	
209	1	3	1	4	3	3	4	3	2	3	2	4	1	2	3	4	2	4	4	5	3	2	1	1	4	3	3	4	4	4	2	3	4	4	
210	1	3	4	4	4	4	2	3	3	4	2	2	3	4	3	1	5	2	3	3	2	1	2	3	3	4	4	3	3	4	2	3	5	3	
211	1	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	2	5	4	2	3	3	1	3	2	2	2	5	2	4	4	3	4	3	4	2	4	3	5	
212	1	4	4	3	4	2	4	2	3	3	5	2	3	4	3	5	5	1	3	3	2	2	3	1	3	4	4	4	3	4	2	5	4	3	
213	1	5	1	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	2	3	5	4	4	5	3	3	4	2	3	3	4	5	4	3	2	1	4	2	3	

214	1	3	3	2	2	3	4	3	4	3	2	4	4	4	2	4	1	4	5	4	3	2	2	3	2	4	4	4	2	3	2	4	4	3
215	1	4	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	4	3	4	2	3	2	3
216	1	4	4	3	3	5	4	3	2	1	3	2	5	1	2	4	3	1	3	4	2	3	1	4	4	1	4	3	4	2	2	3	4	3
217	1	5	4	3	3	3	1	4	2	3	2	2	2	2	5	2	4	3	4	4	5	4	5	1	2	2	4	3	3	3	2	3	2	4
218	1	3	1	4	2	3	1	3	4	3	4	4	1	4	3	2	4	1	3	2	2	1	2	3	3	1	4	3	3	4	2	3	5	3
219	1	4	1	4	4	4	3	3	3	3	2	4	4	4	3	4	5	3	1	3	2	1	1	3	4	4	3	2	3	2	4	4	3	3
220	1	5	3	4	2	4	1	3	3	4	4	2	3	2	2	4	4	4	3	4	2	2	2	3	3	4	4	3	4	3	2	4	3	3
221	1	5	4	5	4	3	1	4	2	4	4	2	4	1	1	4	4	2	4	4	2	1	2	2	1	4	4	3	3	4	2	4	5	3
222	1	3	1	5	4	4	1	1	2	4	3	2	2	3	1	4	2	3	2	2	2	1	2	1	2	4	3	3	4	4	4	3	3	4
223	1	3	4	2	4	5	2	2	3	3	3	2	3	2	1	4	5	3	4	2	4	3	2	3	4	2	4	3	4	1	2	2	5	4
224	1	4	2	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	1	4	3	4	4	5	4	3	4	3	5
225	1	4	4	5	4	4	5	3	3	2	2	2	4	4	4	4	4	3	4	3	2	3	2	2	2	3	4	2	3	2	1	4	4	4
226	1	4	2	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	4	1	4	2	3	1	3	4	5	2	1	3	4	4	3	2	4	2	4	3	4
227	1	3	1	3	4	3	3	4	5	3	3	3	4	3	3	4	5	2	4	4	3	2	1	3	3	4	3	3	4	3	1	3	4	3
228	1	1	5	3	3	1	3	4	4	3	3	3	3	1	1	1	1	1	4	3	1	3	1	3	1	3	3	3	2	1	1	3	2	1
229	1	3	1	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	2	3	1	3	2	4	2	4	2	2	1	3	2	5	3	4	2	2	4	2	4
230	1	1	5	3	4	3	3	3	2	2	5	2	4	1	5	5	3	1	4	2	3	4	2	3	1	3	4	4	4	4	3	3	3	4
231	1	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	5	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4
232	1	3	3	5	3	2	3	2	3	4	4	2	3	3	1	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	4	5	4	3	2	4	4	4
233	1	1	1	4	3	5	3	3	4	4	3	2	2	2	2	1	5	4	4	4	2	2	3	1	2	4	3	3	4	5	1	3	3	3
234	1	5	4	5	2	3	1	2	3	1	3	5	4	2	3	4	5	5	5	5	3	5	3	4	2	3	5	5	5	2	1	3	4	4
235	1	3	3	4	4	3	1	3	2	3	2	3	3	4	5	4	5	3	3	4	3	5	3	4	2	4	4	3	3	2	3	3	3	4
236	1	3	4	4	3	5	3	1	2	3	3	3	4	4	3	2	4	4	4	3	1	1	3	4	3	5	3	4	4	4	2	3	5	3
237	1	5	4	3	2	5	3	1	1	3	3	4	2	2	1	4	4	3	4	4	5	3	2	3	3	5	3	3	3	2	1	3	3	3
238	1	4	2	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	4	2	4	4	4	4	2	3	4	2	3	4	2	3	5	3	1	2	4	2	3
239	1	4	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	5	4	4	1	3	4	2	5	2	2	2	3	3	3	4	3	3	2	2	4	4	3
240	1	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	4	3	3	4	2	4	4	3
241	1	3	1	3	4	4	5	3	2	3	2	2	3	3	1	1	5	3	4	4	3	4	2	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	4
242	1	5	4	2	3	4	2	3	2	4	3	4	3	2	3	3	4	2	3	4	3	4	2	4	4	4	3	2	4	3	2	4	4	3
243	1	5	2	4	3	3	3	3	2	3	2	2	3	1	2	4	3	5	3	3	2	3	5	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3
244	1	4	4	4	2	3	3	3	1	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	1	2	1	3	4	4	3	3	2	1	3	3	3	3

245	1	4	2	3	3	4	2	3	2	1	2	3	3	2	3	5	5	3	5	3	1	2	2	2	4	2	3	3	4	4	4	2	3	3	
246	1	3	4	3	4	5	2	3	3	4	4	3	2	3	1	3	4	2	2	2	1	2	2	1	1	2	3	4	4	3	1	4	3	3	
247	1	4	1	3	3	3	4	3	2	4	5	4	3	2	3	4	1	3	2	3	2	4	2	2	3	4	4	4	5	2	2	4	4	1	
248	1	4	3	4	4	5	1	3	2	4	4	2	3	2	1	2	3	3	4	3	1	3	2	3	1	4	4	5	2	5	2	3	3	3	
249	1	3	2	3	4	3	2	3	2	3	4	3	3	4	3	1	4	1	4	3	3	2	2	3	4	2	3	4	3	4	3	3	3	3	
250	1	3	2	3	3	2	1	2	2	1	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	4	4	2	1	3	4	4	
251	1	5	4	5	4	4	3	4	3	1	5	5	3	1	3	2	2	1	3	4	4	2	3	1	2	5	3	4	2	2	4	4	3	5	
252	1	5	4	3	2	4	1	3	5	4	3	2	3	4	2	4	3	4	5	4	2	4	3	2	2	3	3	3	4	2	3	3	2	3	
253	1	5	3	4	2	4	4	2	2	2	2	3	3	4	1	4	4	4	4	3	4	2	2	2	4	4	5	3	1	4	2	3	3	3	
254	1	4	1	5	4	3	4	2	3	1	4	2	2	2	1	1	5	2	2	3	3	4	2	2	2	5	3	5	3	5	1	3	4	3	
255	1	4	3	3	4	1	3	3	2	3	4	3	5	4	3	5	2	3	2	5	2	1	3	3	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	
256	1	3	5	3	4	3	1	3	3	1	4	5	3	4	3	5	4	3	1	2	3	4	2	3	1	2	4	4	1	1	2	3	4	3	
257	1	4	1	4	3	4	3	2	2	3	3	1	4	2	1	1	2	4	2	3	3	1	2	3	2	4	4	3	3	4	2	4	3	3	
258	1	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	5	4	2	1	1	4	2	2	4	2	5	2	4	3	3	3	2	2	1	3	4	3	
259	1	4	1	5	3	3	1	3	2	4	4	4	3	4	3	2	2	3	4	4	4	2	2	1	3	3	3	2	4	2	3	3	2	3	
260	1	5	3	4	2	3	4	2	4	1	5	2	5	3	2	1	4	3	3	3	4	5	2	1	3	5	3	3	4	4	1	5	3	4	
261	1	3	3	4	4	3	1	3	3	1	3	3	3	2	1	3	1	4	5	3	4	5	3	3	2	3	3	3	4	1	2	4	4	3	
262	1	3	1	2	3	3	5	4	4	3	3	2	3	4	3	4	5	3	4	3	2	2	2	2	3	3	3	4	2	2	2	2	3	3	
263	1	5	2	5	4	3	3	3	2	1	4	4	3	3	2	1	4	1	4	4	4	2	2	4	3	2	3	3	3	4	1	3	4	4	
264	1	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	2	1	5	3	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	3	3	4	2	2	3	3	
265	1	3	4	5	4	5	1	3	3	4	3	1	4	2	5	1	5	3	4	3	3	2	3	1	3	4	5	2	4	3	2	4	3	5	
266	1	3	2	4	2	4	1	1	1	2	2	5	5	1	1	1	5	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	4	4	4	1	3	4	5	5
267	1	5	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	2	2	4	3	3	
268	1	4	3	3	4	1	2	1	2	3	2	4	2	2	5	4	2	3	4	3	4	4	4	3	1	1	5	3	4	3	4	2	3	4	4
269	1	3	4	3	4	4	2	4	2	1	2	5	4	3	1	4	4	2	5	4	2	2	3	3	2	4	4	3	3	2	4	4	4	3	
270	1	5	4	4	3	3	2	3	2	4	5	2	4	1	3	5	4	4	1	3	4	2	2	1	2	4	4	4	3	3	2	4	4	3	
271	1	4	2	4	2	5	2	3	3	3	3	2	4	4	5	3	5	4	4	3	1	1	4	4	1	5	3	2	2	2	2	4	4	4	
272	1	3	3	3	4	4	1	1	3	4	2	3	4	2	3	4	4	4	5	4	1	1	2	3	3	2	3	4	2	2	3	3	3	3	
273	1	3	1	4	4	5	1	1	3	3	3	3	3	2	1	4	3	4	3	3	1	3	2	4	3	2	3	4	4	3	2	4	2	3	
274	1	4	1	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	2	1	2	4	4	2	2	3	4	4	3	3	4	4	1	2	2	3	4	3	
275	1	5	4	5	3	5	3	4	3	3	4	3	4	4	5	3	3	2	4	4	4	3	2	3	3	4	4	4	3	1	3	3	4	3	

276	1	5	4	3	3	3	1	3	2	3	3	3	4	3	1	2	5	4	5	4	1	2	3	4	2	1	3	3	4	1	2	4	2	4	
277	1	3	1	3	4	3	1	4	2	3	4	4	4	4	2	1	4	4	4	2	2	3	4	3	3	2	4	4	3	2	2	3	4	3	
278	1	4	1	4	4	5	1	3	2	3	3	5	4	4	3	4	4	4	2	3	4	2	2	3	2	4	4	3	3	1	2	4	4	5	
279	1	5	2	5	2	4	3	4	2	4	3	3	5	4	1	1	3	4	2	3	4	1	2	3	1	3	3	3	4	4	2	4	2	5	
280	1	5	2	5	4	5	3	5	5	3	5	3	3	2	3	5	5	3	5	4	4	5	2	3	4	5	3	2	3	2	2	3	4	3	
281	1	3	4	4	4	5	4	3	4	3	2	3	4	2	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	1	4	5	3	4	4	2	3	4	3	
282	1	5	2	4	4	4	4	3	4	3	5	3	5	1	1	4	3	2	4	3	4	4	3	3	2	3	4	3	1	1	2	4	3	4	
283	1	5	3	4	2	3	3	1	1	3	3	2	3	4	2	3	2	4	5	4	2	2	4	2	3	3	4	3	4	5	2	3	3	3	
284	1	3	4	2	2	4	3	4	3	4	3	2	2	1	1	4	3	1	5	2	2	2	2	3	1	3	4	3	2	2	2	3	4	3	
285	1	5	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	2	5	4	4	4	3	1	3	4	3	4	4	4	5	2	1	5	3	3	
286	1	4	4	3	2	4	4	3	2	3	3	4	5	3	2	1	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	2	2	4	4	3	
287	1	5	3	4	4	3	4	3	2	3	2	3	4	3	5	4	5	4	3	4	4	3	3	3	4	2	4	3	4	1	4	3	3	3	
288	1	4	3	5	3	4	1	3	2	1	2	1	4	4	2	4	5	4	4	5	2	2	2	3	2	4	3	3	4	2	3	3	3	3	
289	1	5	4	4	4	1	1	3	4	1	3	5	4	1	3	2	4	5	3	4	2	2	2	3	3	2	3	3	4	2	1	3	5	3	
290	1	5	2	3	3	3	2	1	2	3	4	3	2	2	3	1	3	4	4	3	4	3	2	1	2	2	3	3	4	2	1	3	2	4	
291	1	1	2	3	4	4	2	5	2	3	3	2	1	4	3	1	2	3	2	3	2	2	2	4	3	4	3	4	2	4	2	4	2	3	
292	1	3	1	2	3	4	3	3	2	4	3	2	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	2	3	3	4	4	4	4	2	1	3	4	3	
293	1	5	4	5	3	2	2	3	5	3	2	5	3	2	1	2	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	2	3	1	2	4	3	3	
294	1	3	4	3	3	2	2	2	2	3	4	4	3	3	3	4	5	4	2	3	4	3	2	3	2	4	4	3	4	2	3	3	4	1	
295	1	3	1	4	4	4	3	4	3	4	4	4	1	1	1	3	5	3	3	4	4	2	5	2	3	1	4	3	4	2	3	1	3	4	3
296	1	5	4	5	2	5	1	4	3	4	3	4	1	4	1	1	4	4	4	3	2	4	2	2	2	4	3	4	3	1	2	4	5	3	
297	1	5	3	4	3	3	4	3	4	4	2	3	4	2	2	1	4	4	4	4	5	2	4	1	4	3	4	2	3	4	3	4	3	5	
298	1	3	5	3	2	5	4	3	2	3	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	3	5	2	1	4	4	3	4	2	1	1	4	3	3	
299	1	5	1	4	3	4	3	3	4	3	2	4	4	2	2	2	4	3	5	4	3	3	2	2	1	4	4	3	3	1	3	3	3	3	
300	1	3	2	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	1	5	5	4	2	3	5	3	5	1	1	3	2	4	4	3	1	2	3	4	3	
301	1	1	4	4	4	3	2	1	3	4	3	2	3	4	3	4	4	3	5	3	4	3	3	1	2	3	5	3	2	2	2	5	4	3	
302	1	5	5	3	2	4	3	3	5	3	4	2	5	2	4	4	3	4	5	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	2	4	3	
303	1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	5	3	4	4	3	2	3	4	3	4	3	3	4	4	1	3	3	3	
304	1	5	4	5	2	3	2	3	3	1	2	4	4	2	1	3	1	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	2	3	2	1	3	4	3	
305	1	5	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	5	1	3	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	
306	1	3	4	2	3	5	3	3	4	2	2	3	2	4	3	4	3	5	2	2	2	2	2	1	2	3	4	3	4	3	1	3	4	3	

307	1	4	3	2	3	3	4	4	3	1	4	4	4	4	3	4	2	3	2	5	2	3	1	3	3	3	4	4	3	3	3	3	5	3
308	1	5	2	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	1	4	3	4	3	3	2	4	4	1	1	4	4	5	3	4	2	2	4	4	4
309	1	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	2	5	2	3	5	2	3	3	4	4	2	2	2	4	4	3	4	4	3	3	3	2	4
310	1	5	3	3	4	3	2	3	3	1	2	2	4	2	2	5	3	3	1	4	2	3	3	3	3	4	5	3	3	2	2	3	2	3



EFFECTO DE LA PROCRASTINACIÓN EN EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE PRIMER Y SEGUNDO AÑO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS E INGENIERÍAS FÍSICAS Y FORMALES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE AREQUIPA - 2019

INFORME DE ORIGINALIDAD

10%

INDICE DE SIMILITUD

11%

FUENTES DE INTERNET

5%

PUBLICACIONES

7%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	bibliotecas.unsa.edu.pe Fuente de Internet	7%
2	Submitted to Universidad Católica de Santa María Trabajo del estudiante	2%
3	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	1%

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias < 1%

Excluir bibliografía

Apagado