



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**TESIS**

**Para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería**

Estrés académico y calidad de vida en estudiantes de  
enfermería de una universidad privada en Lima Norte – 2024

**PRESENTADO POR**  
Gupioc Valqui, Magaly

**ASESOR**  
Yupanqui Lorenzo, Daniel Edgardo

**Lima, Perú, 2024**

## INFORME DE ORIGINALIDAD ANTIPLAGIO TURNITIN

---

Mediante la presente, Yo:

1. GUPIOC VALQUI MAGALY; identificada con DNI 72171390

---

Somos egresados de la Escuela Profesional de Enfermería del año 2023 – 1, y habiendo realizado la<sup>1</sup> Tesis para optar el Título Profesional de <sup>2</sup>Enfermería, se deja constancia que el trabajo de investigación fue sometido a la evaluación del Sistema Antiplagio Turnitin el 26 de agosto de 2024, el cual ha generado el siguiente porcentaje de similitud de <sup>3</sup>: 17%

En señal de conformidad con lo declarado, firmo el presente documento a los 26 días del mes de agosto del año 2024.



---

**GUPIOC VALQUI MAGALY**



---

**Mg. Daniel Edgardo Yupanqui  
Lorenzo  
DNI 73319434**

---

<sup>1</sup> Especificar qué tipo de trabajo es: tesis (para optar el título), artículo (para optar el bachiller), etc.

<sup>2</sup> Indicar el título o grado académico: Licenciado o Bachiller en (Enfermería, Psicología ...), Abogado, Ingeniero Ambiental, Químico Farmacéutico, Ingeniero Industrial, Contador Público ...

<sup>3</sup> Se emite la presente declaración en virtud de lo dispuesto en el artículo 8°, numeral 8.2, tercer párrafo, del Reglamento del Registro Nacional de Trabajos conducentes a Grados y Títulos – RENATI, aprobado mediante Resolución de Consejo Directivo N° 033-2016-SUNEDU/CD, modificado por Resolución de Consejo Directivo N° 174-2019-SUNEDU/CD y Resolución de Consejo Directivo N° 084-2022-SUNEDU/CD.

---

INFORME DE ORIGINALIDAD

---



---

FUENTES PRIMARIAS

---

1	<a href="http://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	3%
2	<a href="http://riubu.ubu.es">riubu.ubu.es</a> Fuente de Internet	2%
3	<a href="http://repositorio.uch.edu.pe">repositorio.uch.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
4	<a href="http://repositorio.unap.edu.pe">repositorio.unap.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
5	<a href="http://cybertesis.unmsm.edu.pe">cybertesis.unmsm.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
6	<a href="http://repositorio.uwiener.edu.pe">repositorio.uwiener.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
7	<a href="http://repositorio.autonomadeica.edu.pe">repositorio.autonomadeica.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%

---

## **Dedicatoria**

A Dios, ya que gracias a él he logrado terminar mi carrera.

A mis padres, por el apoyo constante y hacer de mí una mejor persona; a mis hermanos y sobrinos.

## **Agradecimiento**

A todos los docentes, por la paciencia y el apoyo brindado durante la carrera, sin su orientación y apoyo constante este logro no hubiese sido posible.

## Índice general

<b>Dedicatoria</b> .....	<b>1</b>
<b>Agradecimientos</b> .....	<b>2</b>
<b>Índice general</b> .....	<b>3</b>
<b>Índice de tablas</b> .....	<b>3</b>
<b>Índice de anexos</b> .....	<b>4</b>
<b>Resumen</b> .....	<b>5</b>
<b>Abstract</b> .....	<b>6</b>
<b>I. INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>7</b>
2.1. Enfoque y diseño.....	<b>18</b>
2.2. Población, muestra y muestreo.....	<b>18</b>
2.3. Variable(s) de estudio.....	<b>19</b>
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	<b>20</b>
2.5. Procedimientos para recolección de datos.....	<b>21</b>
2.6. Análisis de datos.....	<b>21</b>
2.7. Aspectos éticos.....	<b>22</b>
<b>II. RESULTADOS</b> .....	<b>24</b>
<b>I.V. DISCUSIÓN</b> .....	<b>28</b>
4.1. Discusión.....	<b>29</b>
4.2. Conclusiones.....	<b>30</b>
4.3. Recomendaciones.....	<b>31</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	<b>32</b>
<b>ANEXOS</b> .....	<b>41</b>

## **Índice de Anexos**

**ANEXO A.** matriz de consistencia interna

**ANEXO B.** operacionalización de la variable o constructos

**ANEXO C.** instrumentos de recolección de datos

**ANEXO D.** consentimiento informado/asentimiento informado

**ANEXO E.** acta del comité de ética

**ANEXO F.** informe de originalidad de (turnitin)

**ANEXO G.** informe de corrección de estilo

**ANEXO H.** informe de conformidad para sustentación

## Resumen

**Objetivo:** Determinar la relación entre el estrés académico y la calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada en Lima Norte - 2024.

**Materiales y métodos:** Es un estudio con enfoque cuantitativo; diseño metodológico no experimental, correlacional y de corte transversal. La población estuvo conformada por 250 estudiantes de enfermería de una universidad privada de Lima Norte, la técnica de recolección de datos fue la encuesta, mientras que los instrumentos fueron el inventario SISCO SV 21 para estrés académico y WHOQOL BREF para calidad de vida.

**Resultados:** Se encontró que existe una relación nula entre estrés académico y calidad de vida general y se demuestra no ser estadísticamente significativo ( $p > 0.05$ ), aceptándose la hipótesis que no existe relación entre ambas variables. Se observa que a mayores estresores hay una menor percepción de la satisfacción con la salud (PSS) ( $Rho = -0.14$ ), a mayores estresores mayor salud física lo cual se mide por el dolor, malestar, cansancio, impedimentos para realizar actividades o trasladarse de un lugar a otro ( $Rho = 0.20$ ).

**Conclusiones:** El estrés académico es una problemática que en los últimos años se ha agudizado, afecta de alguna u otra manera la calidad de vida de los estudiantes universitarios.

**Palabras claves:** Estrés académico, enfermería, calidad de vida.



## Abstract

**Objective:** Determine the relationship between academic stress and quality of life in nursing students at a private university in Lima Norte-2024.

**Materials and Methods:** It is a quantitative study, with a non-experimental methodological design, as well as correlational and cross-sectional, the population consisted of 250 nursing students from a private university in northern Lima, the data collection technique was the survey, while the instruments were: SISCO SV 21 inventory for academic stress and WHOQOL BREF for quality of life.

**Results:** It was found that there is a null relationship between academic stress and general quality of life and it proves not to be statistically significant ( $p>0.05$ ), and the hypothesis that there is no relationship between both variables is accepted. It is observed that the greater the stressors, the lower the perception of health satisfaction (PSS) ( $Rho=-0.14$ ), the greater the stressors, the greater the physical health, which is measured by pain, discomfort, fatigue, impediments to carry out activities or move from one place to another ( $Rho=0.20$ ).

**Conclusions:** Academic stress is a problem that has worsened in recent years, affecting in one way or another the quality of life of university students.

**Keywords:** academic stress, nursing, quality of life. (Source: DeCS)

## I. INTRODUCCIÓN

### 1 Magnitud del problema

El estrés es una experiencia subjetiva vinculada a diversas circunstancias e interacciones entre cada persona y su entorno. Asimismo, algunas personas pueden estar más expuestas al estrés que otras (1). En personas afectadas por estrés se ha evidenciado grados de ansiedad y depresión que conllevan a la afectación del individuo, comunidad y entorno (2). Además, diversas investigaciones señalan que el estrés excesivo impacta de manera negativa en el bienestar de la persona, tanto física y mental, reduciendo la autoestima, afectando el rendimiento académico y la formación profesional (3).

La profesionalización en ciencias de la salud es conocida a nivel mundial por asociarse a numerosos factores estresantes que impactan la salud general de los estudiantes (4). En alumnos de medicina se ha encontrado que el predominio del estrés varía entre 21 % al 94 % durante el desarrollo de su formación profesional (5).

El estrés es un suceso de aclimatación de los seres humanos, en buena medida, lo cual ayuda a la sobrevivencia, a un correcto rendimiento en sus labores, a un adecuado desempeño en diferentes trayectos de vida, una de ellas es la etapa académica, lo cual no está ajeno al estrés; ingresar, permanecer y terminar en una institución educativa regularmente es una vivencia de constante formación, lo cual suele estar acompañado de estrés académico debido a las constantes responsabilidades, sobrecarga de labores, temor a fallar, cargas familiares, entre otros (6).

Según la investigación realizada por Asturias et al. (7), en estudiantes de enfermería, señalan que los alumnos que cursan la carrera de pregrado muestran un grado significativo de ansiedad, tensión y angustia que se vincula a diferentes factores sociodemográficos, tales como la edad, sexo, estado civil, idioma y nacionalidad.

El estrés psicológico en los primeros años puede predecir el estrés ocupacional en la vida profesional de los futuros profesionales de la salud (8). Es así como el estrés laboral puede aparecer durante los estudios, al ser esta etapa la

transición entre la universidad y la vida laboral (9). Estos niveles altos de prevalencia entre los alumnos que cursan la carrera de ciencias de la salud evidencian que el estrés es un inconveniente de salud pública, que impacta la salud psicológica y puede influir en el desempeño universitario e influenciar el desarrollo profesional de alumnos.

A nivel mundial, uno de cuatro personas padecen de estrés y en las poblaciones se estima que más del 50 % de los individuos sufren de alguna complicación de salud mental a causa del estrés, asimismo, el estrés está catalogado a nivel global como un obstáculo de salud pública ya que afecta a todos sin distinción alguna, a su vez en su estudio Valdez et al. (10) indicaron que para el año 2010 se valoró en América Latina y El Caribe que abarcaría a más de 88 millones de personas con problemas afectivos originados por el estrés.

Estamos en un nivel de estrés muy alto y así lo clasifican los autores Wahid et al. (11) en el estudio realizado en estudiantes del área de salud, que un 30% de alumnos perciben estrés académico, afectando su calidad de vida aquella que se define como la percepción que tiene el ser humano en la vida en relación a sus aspiraciones, metas e intereses (12), trayendo consecuencias en los estudiantes universitarios tales como el abandono de estudios, problemas cardíacos, nerviosismo, ansiedad, depresión y consumo de sustancias (13).

Cruz-Carabajal et al. (14) en el estudio realizado en Argentina, indican que los exámenes académicos a los estudiantes de enfermería fueron la causa de estrés de mayor intensidad, desatando así algunas respuestas psicológicas tales como la ansiedad, angustia, miedo y depresión.

Las diferentes carreras vinculadas a la salud por el mismo hecho requieren de mucha demanda en los estudiantes, son consideradas origen del estrés para los alumnos de ciencias de la salud y conllevan a presentar niveles de ansiedad, depresión y agotamiento; que con el tiempo pueden afectar su calidad de vida (15).

El contexto peruano no es ajeno a esta problemática, estudios realizados en estudiantes de enfermería evidencian que los alumnos perciben grados preocupantes de estrés (16). Asimismo, se ha encontrado que a medida que el estrés académico aumenta, disminuye el amor propio de los alumnos de la

carrera de enfermería (17). En ese sentido, es fundamental atender esta problemática identificando poblaciones afectadas, con la finalidad de impulsar medidas y acciones preventivas encaminadas a enfrentar estas situaciones estresantes que presentan los estudiantes en su vida universitaria (18).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el concepto de calidad de vida se define como la percepción individual que tiene una persona del bienestar propio, que está persuadido por la salud mental, física y social (19). Para Silva-Ramos et al. (20) esta situación no solo impacta la salud mental y el bienestar personal, si no afecta el rendimiento académico; con su estudio demostraron que un 86,3 % presentaron estrés a nivel moderado (20).

### **Antecedentes internacionales**

En un estudio multinacional realizado en Polonia, España y Eslovaquia, la mayor parte de los alumnos con los que realizaron la encuesta declararon que en el último mes experimentaron estrés alto con un 49,8 %, 43,8 % y 45,4 %, respectivamente; por otro lado, un 13,3 % de los estudiantes de Eslovaquia, 18,8 % de los estudiantes de España y un 24,3 % de los estudiantes de Polonia presentaron un nivel de estrés bajo; concluye que el estrés experimentado y las actividades correctivas influyen en el bienestar personal y salud. En cuanto a los niveles de estrés se encontraron que independientemente del país de residencia casi la mitad de los encuestados notaron un grado de estrés relativamente alto (21).

En el año 2023 se llevó a cabo un estudio en Pakistán para identificar la "Relación entre el estrés académico, el entorno educativo, la calidad de vida y el rendimiento académico en los alumnos de salud de medicina y odontología", la mayor parte de estudiantes (52,3 %) indicaron una mejor calidad de vida; asimismo, otra parte considerable presentó estrés académico en un 51,1 %, los varones experimentaron mayor estrés académico, este estudio concluye que los estudiantes de salud luchan día a día con muchos desafíos, unido al estrés académico que influye de manera desfavorable en el rendimiento académico, por más que tienen un ambiente educativo positivo; en cambio una mejor calidad de vida se relaciona con un mejor rendimiento académico (13).

Por otro lado, un estudio realizado en Brasil, en los estudiantes del área de

salud evidenció que el 50 % de alumnos de dicha carrera manifestó señales de depresión, ansiedad y estrés en un nivel de leve a grave y el 20 % señalaba síntomas graves de estos daños, lo cual se relacionó negativamente con la calidad de vida (29).

### **Antecedentes nacionales**

En un artículo publicado por Cassaretto et al. (22) en el 2021, describieron la prevalencia del estrés académico y su asociación con las variables sociodemográficas (edad, sexo, tipo de ciudad y de trabajo) que afectaban a esa población, en una población de más de 1 800 estudiantes universitarios de seis ciudades del Perú, donde el 83 % de estudiantes refirió haber experimentado estrés académico con mayor frecuencia en niveles medios y medio alto (22).

Este hallazgo es complementado por Vera (23), en su estudio en estudiantes de enfermería encontró entre los resultados que el 72 % de la población tienen nivel regular de la calidad de vida y 66,7 % nivel moderado de estrés académico; por lo tanto, indicó que los estudiantes de enfermería presentan estrés académico, lo cual afecta su capacidad en demandas internas como externas, lo cual afecta su bienestar general.

En el año 2023, Sánchez et al. (24) desarrollaron una investigación sobre calidad de vida y estrés en estudiantes de medicina en Cajamarca, donde encontraron un 71,70 % de niveles altos de estrés relacionado con las exigencias académicas, no solo con los estudiantes de medicina si no con todas las carreras relacionadas a la salud; asimismo, el estrés que mostraron estaba ligado con los diversos estresores de la vida diaria; por otro lado, un grupo pequeño 28,30 % presentaron niveles bajos de estrés, no obstante, los estudiantes evidenciaron una baja calidad de vida 96 %. Asimismo, Toledo (25) en su estudio realizado en la facultad de medicina de una universidad peruana en donde examinó las correlaciones de estrés académico y las dimensiones de calidad de vida teniendo como resultado una correlación positiva alta.

## **1.1 Marco teórico referencial**

### **Estrés académico**

El estrés es un concepto dañino que está asociado con diferentes situaciones que ponen en riesgo la vida, está considerado como la respuesta a las demandas realizadas que tiene el organismo hacia algún suceso desagradable, el estrés es parte de la vida diaria, el individuo puede sentirse frustrado cuando las expectativas son muy altas y no son fáciles de alcanzar: asimismo, algunos grados de estrés pueden ser inspirador y útil para lograr algo en la vida; no obstante, los grados altos de estrés durante mucho tiempo produce problemas mentales, físicos y sociales; el estrés puede llevar a padecer ansiedad, miedo, problemas para conciliar el sueño, asimismo, hubo casos donde el estrés fue causa de muerte súbita en algunos jóvenes (26).

Entre causas del estrés académico, mencionamos las siguientes:

- Competencias en el salón de clases
- Sobrecargas académicas (tareas, exámenes, prácticas)
- Ambiente académico desagradable
- Mala relación con los estudiantes o profesores
- Tiempo muy corto para la entrega de trabajos
- Alumnos que trabajan y estudian

Entre los síntomas de estrés que un estudiante presenta, podemos mencionar los siguientes:

- Insomnio (problemas para dormir)
- Cefaleas (dolores de cabeza)
- Dolores musculares
- Movimientos involuntarios
- Problemas estomacales
- Ansiedad
- Miedo

- Temor
- Irritabilidad
- Alejamiento de su entorno

El estrés académico es una condición psicológica del alumno, se menciona que todas las personas a lo largo de la vida experimentan estrés, ya sea en el trabajo, estudios o vida diaria, en el modelo presentado por Caballero (27) indica que el estrés académico abarca tres dimensiones muy importantes como son, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.

#### Dimensión Estresores

Esta dimensión se activa cuando los alumnos universitarios están sometidos a sobrecargas académicas tales como los trabajos y exposiciones teniendo muy poco tiempo para presentarlos, como también las malas relaciones con los profesores de clases (28).

#### Dimensión Síntomas

Esta dimensión aparece cuando los estudiantes de la carrera de salud muestran reacciones tales como miedo, angustia, desesperación, irritabilidad, agresividad, consumo de sustancias nocivas, insomnio, problemas gastrointestinales, asimismo, tienden a alejarse de su entorno familiar y social, muestran desinterés en sus actividades académicas y en ciertas ocasiones tienden a abandonar los estudios (28).

#### Dimensión Estrategias de afrontamiento

Esto inicia cuando el estudiante adquiere la capacidad de resolver sus problemas estresantes de la mejor manera, comparando lo positivo y negativo de la situación, conservando un control firme en cuanto a sus emociones (28).

#### **Calidad de vida**

La calidad de vida es un concepto que emerge desde la etapa contemporánea, como una señal significativa de las condiciones de salud, con base a la apreciación que tiene el ser humano sobre las diferentes etapas de su vida en el ámbito, mental, físico y social, la calidad de vida en los universitarios es un tema muy debatido, contemplando así el interés que tiene dicha población en el ámbito

social y de salud pública, la formación académica puede ser muy compleja para algunos estudiantes trayendo consigo consecuencias como ideas suicidas, abandono de estudios, consumo de sustancias; asimismo, desarrollando problemas físicos y psicológicos, además, hay señales que los estudiantes del área de salud tienen una calidad de vida más baja frente a las demás carreras en general. Por lo tanto, para que los estudiantes tengan una excelente calidad de vida deben gozar de buena salud física, mental y social (29).

Factores que predisponen una buena calidad de vida

- Buen factor económico
- Trabajo formal
- Entorno y medio ambiente saludable
- Educación
- Derechos básicos
- Vivienda
- Salud

En el presente estudio una de las variables principales es la calidad de vida y se utilizó el cuestionario WHOQOL-BREF, el cual fue creado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), está formado por 26 ítems con 5 dimensiones (calidad de vida global y salud en general, salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente) (30).

Dimensiones de la calidad de vida

Salud física

Se comprende como la condición en la que se encuentra el ser humano, si no manifiesta algún tipo de dificultad, entonces se dice que la persona goza de una buena salud física (27).

Salud psicológica

Cuando el ser humano goza de un bienestar emocional, psicológico y social (27).

Relaciones sociales



Hace referencia a las diferentes relaciones que tiene la persona en su entorno social, con quienes crea lazos laborales, familiares y personales (27).

#### Ambiente

Hace referencia al entorno y las condiciones en el que vive, comprende los principios naturales, sociales y culturales que interviene en su vida diaria (27).

La enfermería en la actualidad está catalogada como la primera profesión en el orden en el sistema de salud universal, asimismo, está clasificada como la figura fundamental en el cuidado y la atención integral del paciente. Tal como lo indica la Declaración de Múnich (OMS) en el año 2000, las enfermeras tienen una gran importancia para abarcar los problemas de salud pública y garantizar la prestación de servicios de salud (31).

Los estudiantes de la carrera de enfermería deben ser:

- Empáticos
- Amables
- Pacientes
- Sensibles
- Entusiastas
- Responsables
- Eficientes
- Líderes
- Colaborador

El papel del profesional de enfermería en el manejo del estrés se respalda por la teoría de Callista Roy, quien elaboró el modelo de adaptación donde expone que las respuestas adaptativas son respuestas que ayudan al bienestar de las personas, con su paradigma nos expone una herramienta de gran apoyo para poder entender la capacidad de la enfermera y su participación en minimizar los mecanismos que ocasionan estrés. Roy observó la capacidad que tenían las personas para adaptarse a los diferentes cambios físicos y psicológicos, le impresionó el grado de adaptación que presentaban. Roy manifiesta que la

enfermera se guiará de los cuatro modos adaptativos, donde se podrá valorar el comportamiento de las personas que son creadoras de estrés (32).

Modo fisiológico de adaptación: Se centra básicamente en las conductas y reacciones fisiológicas que se observan en la persona con estrés, como la elevación de los niveles de los signos vitales y sudoración excesiva; la enfermera participa enseñando técnicas de relajación, brindando apoyo emocional y técnicas de respiración para disminuir el nivel de estrés (32).

Modo de adaptación del autoconcepto de grupo: Evalúa el aspecto psicológico y espiritual, la autoestima concepto que tiene cada persona sobre sí misma, por otro lado, revela cómo se siente dentro de un grupo, los individuos que tienen un grado alto de autoestima poseen de recursos suficientes para poder afrontar situaciones estresantes (32).

Modo de adaptación de desempeño de rol: Se centra en el rol que tienen los individuos en la sociedad, la obligación que se tiene de saber quiénes somos para así poder actuar frente a los demás, Roy lo denomina “el comportamiento expresivo” (32).

Modo de adaptación de la interdependencia: Los individuos buscan acoplarse cuando sienten que se encuentran en circunstancias complicadas, buscan apoyo, atención y cariño en su entorno social (32).

La función de enfermería es fundamental para disminuir el estrés y lograr el objetivo primordial de adaptación del individuo y su entorno (32).

## **2 Hipótesis, objetivos y justificación**

### **Hipótesis general**

H1: Existe relación entre el estrés académico y la calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada en Lima Norte.

H0: No existe relación entre el estrés académico y la calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada en Lima Norte.

## **Objetivo general**

Determinar la relación entre el estrés académico y la calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada en Lima Norte-2024.

## **Objetivos específicos**

- Identificar la relación entre Estresores con los indicadores y dimensiones de calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada en Lima Norte - 2024
- Identificar la relación entre Síntomas con los indicadores y dimensiones de calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada en Lima Norte - 2024
- Identificar la relación entre Estrategias de afrontamiento con los indicadores y dimensiones de calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada en Lima Norte - 2024.

## **Importancia y justificación**

Teniendo en consideración lo expuesto en la situación problemática, donde se evidencia una alta prevalencia del estrés académico entre estudiantes de enfermería y su impacto en la calidad de vida como futuros profesionales que desarrollan sus actividades laborales en un contexto de alta presión. La investigación cumple con estudiar este problema del estrés y su relación con la calidad de vida de los estudiantes. El investigar esta problemática contribuye al diseño de intervenciones preventivas en la salud mental de los estudiantes de enfermería y brindar una apreciación en cuanto a la salud de los alumnos y cómo desde la planificación curricular se puede reducir el estrés y alcanzar la tranquilidad de los futuros profesionales de enfermería.

La justificación práctica de la investigación se cumple porque los resultados de este estudio permitirán a las autoridades de la universidad obtener un diagnóstico precoz de las adversidades que afrontan los estudiantes de la carrera de enfermería y poder diseñar estrategias que contribuyan a un mejor manejo del estrés académico. Mientras, que la relevancia social de la investigación descansa en que los estudiantes de enfermería antes de los cambios en su proceso de enseñanza y aprendizaje por la pandemia de COVID-

19 ya presentaban a nivel mundial niveles moderados y altos de estrés y afectación de su calidad de vida; con la pandemia la situación se ha agudizado, el enfrentar nuevos contextos de aprendizaje con la virtualidad, sumado al miedo, ansiedad y diversos factores estresantes han provocado un contexto desfavorable en los estudiantes de enfermería que se encuentran en la última etapa de su formación profesional y que en un futuro próximo van a ser miembros centrales de un equipo de salud multidisciplinario al cuidado de otras personas. Por lo tanto, es fundamental continuar desarrollando este tipo de investigaciones donde el estrés académico es considerado como uno de los factores que afecta la calidad de vida y tiene consecuencias futuras en la salud de los estudiantes de enfermería.

El estrés académico es una reacción normal que tienen los seres humanos, sobre todo los estudiantes, por la sobrecarga de trabajos académicos, exámenes, trabajos grupales, exposiciones, etc. Para mejorar este periodo es muy importante crear grupos de estudio, técnicas de relajación, dar charlas educativas en las universidades, colegios, temas como, alimentación saludable, la importancia del ejercicio físico y las horas de sueño, asimismo instruir en siempre elegir un lugar adecuado para estudiar, planificar las horas de estudio y siempre ver el lado positivo de las cosas.

El aporte metodológico de la investigación radica en dos aspectos. Primero, la aplicación del método científico en todo el proceso de la elaboración del proyecto de investigación tomando como apoyo la revisión de diversas investigaciones de revistas indexadas en base de datos importantes como Pubmed y Sciendirect. Segundo, el uso de dos instrumentos que han sido usados y validados a nivel mundial y nacional.

## **II. MATERIALES Y MÉTODOS**

### **2.1 Enfoque y diseño**

La reciente investigación se sustentó considerando y teniendo como base el enfoque cuantitativo, un diseño metodológico no experimental, así como correlacional y de corte transversal. Es por ello, por lo que se puede indicar que la investigación que se realizó es no experimental, porque las variables no fueron manipuladas en algún momento, observando los fenómenos en su contexto natural, asimismo, fue de forma transversal porque toda la información se recogió en un solo intervalo de tiempo (33). Correlacional, porque el objetivo general de la investigación es identificar si existe relación entre las variables.

### **2.2 Población, muestra y muestreo**

La población estuvo compuesta por 1259 estudiantes del IV al X ciclo de la carrera de enfermería registrados con matrícula 2024-I, para ello se realizó un cálculo muestral utilizando el método estratificado para tener en cuenta cuantos estudiantes serían encuestados en cada ciclo.

**Tabla 1.** Población y muestra de estudiantes

<b>Grado</b>	<b>subpoblación</b>	<b>Ni/N</b>	<b>Muestra estratificada</b>
1°	0	0	0
2°	0	0	0
3°	0	0	0
4°	0	0	0
5°	146	0.28131021	69
6°	80	0.15414258	38
7°	115	0.22157996	54
8°	57	0.10982659	27
9°	50	0.09633911	24
10°	71	0.13680154	34
<b>TOTAL</b>	<b>519</b>		<b>245</b>

Para la aplicación se utilizó el muestreo no probabilístico por conveniencia, en este tipo de muestreo se seleccionan los elementos de la muestra en función de la disponibilidad de las personas y su accesibilidad.

Al finalizar la aplicación se evaluó a 250 estudiantes, siendo una cantidad mayor a lo mínimo establecido en el cálculo muestral.

### **2.3 Variables de estudio: definición conceptual y operacional de las variables**

Es estrés académico es la reacción que tiene la persona a las demandas académicas, muchas veces se ve afectada la salud mental por el temor que les abarca al fallo académico, esto se puede evidenciar en distintas formas, como sentirse agobiado al tratar de encajar en la nueva vida universitaria; asimismo, los requerimientos que conllevan la vida de un estudiante, todos estos factores son una dificultad para los estudiantes que conllevan a un agobio mental y se

distinguen por estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento que serán evaluados con el cuestionario SISCO SV 21 (34).

La calidad de vida es un concepto que emerge desde la etapa contemporánea como una señal significativa de las condiciones de salud, con base en la apreciación que tiene el ser humano sobre las diferentes etapas de su vida en el ámbito, mental, físico y social; la calidad de vida en los universitarios es un tema muy debatido, contemplando así el interés que tiene dicha población en el ámbito social y de salud pública, siendo valorado a través del cuestionario WHOQOL-BREF (29).

## **2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

La técnica que empleó nuestra investigación es la encuesta, ella implica la recolección de información por medio de contestación a las preguntas efectuadas, la investigación mediante este modelo de encuesta se puede realizar de manera cuantitativa (empleo cuestionarios con los ítems clasificados de manera numérica), de forma cualitativa (utilizando preguntas abiertas) o utilizando las dos formas; asimismo, el objetivo primordial de la encuesta es obtener la información necesaria de la conducta de los individuos (35).

### **Instrumentos de recolección de datos**

Los instrumentos usados para medir el estrés académico y la calidad de vida fueron: cuestionario SISCO SV 21 y WHOQOL-BREF.

### **Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico (SISCO SV 21)**

El inventario SISCO SV 21 es una herramienta de autoinforme para el empleo en el entorno educativo, comprende 21 reactivos con formato tipo Likert de 6 alternativas de respuestas desde nunca=0 hasta siempre=5, distribuidos en 3 factores: estresores (ítems 1-7), síntomas (ítems 8-14) y estrategias de afrontamiento (ítems 15-21); estresores que se estimulan cuando el alumno está saturado con las responsabilidades académicas y es evaluado por los docentes en corto tiempo, asimismo, hay diferentes factores que crean el estrés académico, tales como la personalidad del alumno y del docente, la demanda

universitaria y la manera de evaluación; las señales aparecen cuando los alumnos manifiestan reacciones físicas y mentales, tales como miedo, ansiedad, falta de comprensión, agotamiento, sentimientos de culpa y agresividad y el desinterés para realizar las actividades académicas, finalmente, tenemos a las estrategias de afrontamiento cuando el alumno trata de controlar sus emociones separando lo positivo y negativo (36).

El inventario SISCO SV 21 es una herramienta muy confiable utilizada a nivel mundial para diagnosticar el estrés académico en estudiantes, es usada en todo el mundo y respaldado por diversos estudios. En el Perú fue validado y estudiado por alumnos de la Universidad Peruana Unión de la Facultad de Psicología en Juliaca, con un alfa de Cronbach de 0,910 siendo un instrumento con alto grado de confiabilidad (37). Asimismo, Olivas et al. (38) en su estudio indican que tiene una confiabilidad con alfa de Cronbach de 0,85 (38).

### **Escala de Calidad de Vida (WHOQOL: Measuring Quality of Life)**

El cuestionario WHOQOL-BREF fue realizado por la OMS, es un instrumento internacional para medir la calidad de vida, en español están validados las dos versiones del WHOQOL y el cuestionario WHOQOL-BREF es uno de los cuestionarios más usados a nivel mundial, está traducido en más de cincuenta idiomas en la actualidad.

El cuestionario WHOQOL-BREF contiene 26 preguntas, las 2 primeras preguntas son de calidad de vida global y salud general y una pregunta de cada una de las 24 facetas, consta de 4 dimensiones (salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente), cada ítem tiene 5 opciones de respuesta tipo Likert (39).

El cuestionario WHOQOL-BREF es una herramienta confiable y se ha demostrado su validez en distintas investigaciones como lo menciona Vera (23) en sus resultados en su estudio en el 2021, quien indicó una buena validez, por medio de la prueba kappa se evidenció un coeficiente de  $c=0.98$ , lo que indica que cumple con la validez (28). Asimismo, Chiquiruna (40) nos indica una buena confiabilidad por medio de la prueba de Alpha de Cronbach 0,86.



## **2.5 Procedimientos para la recolección de datos**

### **2.5.1 Autorización y coordinaciones previas para la recolección de datos**

En cuanto al desenvolvimiento del estudio de campo, se remitió un oficio respectivo a la Universidad de Ciencias y Humanidades con el que se gestionó la autorización de dicha universidad para poder ingresar a la casa de estudios.

### **2.5.2 Aplicación de instrumento(s) de recolección de datos**

La recaudación de dicha indagación se llevó a cabo en abril del 2024, esta acción se efectuó en los 7 días laborables, el estudio de campo se realizó de manera presencial en hojas impresas ya que nuestro trabajo fue en la misma universidad, se solicitó el consentimiento informado a cada alumno que participó en el estudio, el llenado de cada formulario tuvo una duración de 10 minutos, después de concluir el estudio se valoró si los estudiantes llenaron de manera correcta cada ficha.

## **2.6 Análisis de datos**

El análisis de datos se realizó inicialmente en el software Jamovi debido a que es un programa de acceso libre y con potencia estadística. El primer paso fue el análisis de la normalidad a través del estadístico de Shapiro-Wilks el cual ha demostrado poseer una mayor precisión de resultados para muestras pequeñas ( $n < 50$ ) y grandes ( $n > 50$ ) en estudios de simulación (41). En base a los resultados se tomó la decisión de utilizar un estadístico de correlación paramétrico (R de Pearson) o no paramétrico (Rho de Spearman). Las correlaciones se evaluaron según el criterio de Cohen (42), quien categoriza en correlaciones nulas ( $< 0.10$ ), débiles (0.10 a 0.30), moderadas (0.30 a 0.50) y fuertes ( $> 0.50$ ).

## **2.7 Aspectos éticos**

En esta parte del trabajo, se tuvieron en cuenta los aspectos bioéticos considerando la Declaración de Helsinki, los cuales son autonomía,

beneficencia, no maleficencia y justicia.

### **Principio de autonomía**

Este principio se encuentra ligado con el consentimiento informado y el respeto a los individuos, ya que es capaz de reconocer tanto la toma de decisiones individual como la racionalidad esencial de las personas (43), en este caso primero fue entregado el consentimiento informado a cada alumno ya que de esta manera su identidad fue protegida al 100%, asimismo, lo realizamos con el objetivo de que cada persona actúe de manera libre y de manera autónoma sin presión de alguna parte.

### **Principio de beneficencia**

Se trata de realizar todos los beneficios posibles y reducir los daños, se trata de comprometernos en facilitar beneficios a las personas, este principio aduce al compromiso moral de influir a favor de otros (43), en este estudio los alumnos de enfermería son clave importante, es por ello por lo que se tomó en cuenta este principio, prevenir cualquier daño, se trata de defender los derechos de cada estudiante que participó en el estudio.

### **Principio de no maleficencia**

Este principio trata fundamentalmente de no ocasionar el mal, disminuir la insensatez y negligencia. Debemos prevenir los diversos tipos de daños, como el bienestar físico o psicológico (44), con este principio buscamos cuidar la salud a nivel general de los alumnos de enfermería que son parte de la investigación, asimismo, se concientizó a los alumnos que este proceso no representa algún tipo de peligro.

### **Principio de justicia**

Significa igualdad, equidad, tratar de ser justo y atender a los más necesitados, asimismo, este principio exige igualdad con todos, rechazado cualquier tipo de discriminación (44), en nuestro estudio los alumnos fueron tratados todos por igual, sin hacer menos a nadie, todos los seres humanos gozan de dignidad sin importar su condición, por este motivo todos somos merecedores de respeto y aprecio por el simple hecho de participar en este proyecto.

## RESULTADOS

### Análisis de normalidad de datos

**Tabla 2.** Análisis de la normalidad de los datos

	N	Media	DE	Mínimo	Máximo	Shapiro-Wilk	
						W	p
Estrés Académico	250	61.6	13.83	24	105	0.983	0.004
Calidad de Vida	250	72.3	5.58	57	93	0.962	< .001

Nota: DE = desviación estándar

En la tabla 2, se realizó el análisis de normalidad donde el p=valor de estrés total fue menor a 0,05 lo que nos dice que no hay normalidad, asimismo, para la calidad de vida fue menor a 0,05. Por lo tanto, se toma la decisión de utilizar una prueba no paramétrica para correlación, el cual es el Rho de Spearman.

### Objetivo general

Determinar la relación entre el estrés académico y la calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada en Lima Norte - 2024.

**Tabla 3.** Relación entre el estrés académico y calidad de vida

	Estrés Académico	Calidad de Vida
Estrés Académico	—	
Calidad de Vida	0.055	—

Nota. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

En la tabla 3, la relación entre el estrés académico y la calidad de vida general tiene una relación nula y demuestra no ser estadísticamente significativa ( $p > 0,05$ ). En cuanto a la hipótesis se rechaza la hipótesis de investigación que expresa la relación entre ambas variables y se acepta la hipótesis que no existe relación entre ambas variables.

### Objetivo específico 1

Identificar la relación entre Estresores con los indicadores y dimensiones de calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada en Lima Norte - 2024

**Tabla 4.** Relación entre estresores con los indicadores y dimensiones de calidad de vida

	<b>Estresores</b>
<b>Estresores</b>	—
Percepción de la Calidad de Vida (PCV)	-0.10
Percepción de la Satisfacción con la Salud (PSS)	-0.14*
Salud física	0.20**
Salud Psicológica	-0.07
Relaciones sociales	-0.09
Ambiente	0.03

Nota. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

En la tabla 4, se observa que a mayores estresores menor percepción de la satisfacción con la salud (PSS) ( $Rho = -0,14$ ). Asimismo, a mayores estresores mayor salud física el cual se mide a través del dolor, malestar, cansancio, impedimentos para realizar actividades o trasladarse de un lugar a otro o si tiene energía suficiente para su vida diaria ( $Rho = 0,20$ ). La asociación fue débil pero estadísticamente significativa. En el indicador PCV y las dimensiones salud psicológica, relaciones sociales y ambiente no se ha encontrado relación estadísticamente significativa.

## Objetivo específico 2

Identificar la relación entre Síntomas con los indicadores y dimensiones de calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada en Lima Norte - 2024

**Tabla 5.** Relación entre síntomas con los indicadores y dimensiones de calidad de vida

	<b>Síntomas</b>
Síntomas	—
Percepción de la Calidad de Vida	-0.14*
Percepción de la Satisfacción con la Salud	-0.23***
Salud física	0.26***
Salud Psicológica	-0.22***
Relaciones sociales	-0.18**
Ambiente	-0.017

Nota. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ ; PCV = Percepción de la Calidad de Vida; PSS = Percepción de la Satisfacción con la Salud

En la tabla 5 se observa que a mayores síntomas menor percepción de la calidad de vida ( $Rho = -0,14$ ), asimismo, se observa que existe una menor percepción de la satisfacción con la salud ( $Rho = -0,23$ ), además, a mayores síntomas existe una mayor salud física el cual se mide a través del dolor, malestar, cansancio, impedimentos para realizar actividades, trasladarse de un lugar a otro o si tiene energía suficiente para su vida diaria ( $Rho = 0,26$ ), como también existe una menor salud psicológica el cual se mide por la concentración, las ganas de disfrutar la vida, la apariencia física y la satisfacción que tiene de sí mismo ( $Rho = -0,22$ ), en cuanto a la dimensión de relaciones sociales el cual se mide por las relaciones personales, la vida sexual y el apoyo de los amigos ( $Rho = -0,18$ ), la asociación fue débil pero estadísticamente significativa, en la dimensión ambiente no se ha encontrado relación estadísticamente significativa.

### Objetivo específico 3

Identificar la relación entre Estrategias de afrontamiento con los indicadores y dimensiones de calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada en Lima Norte - 2024

**Tabla 6.** Relación entre estrategias de afrontamiento con los indicadores y dimensiones de calidad de vida

	<b>Estrategias de Afrontamiento</b>
Estrategias de Afrontamiento	—
Percepción de la Calidad de Vida	-0.048
Percepción de la Satisfacción con la Salud	-0.082
Salud física	-0.005
Salud Psicológica	0.105
Relaciones sociales	0.036
Ambiente	0.104

Nota. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ .

En la tabla 6 observamos que en los indicadores percepción de la calidad de vida, percepción de la satisfacción con la salud y los indicadores salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente no se han encontrado relaciones estadísticamente significativas.

### III. DISCUSIÓN

#### 4.1 Discusión

Iniciar la vida universitaria es un paso muy importante para el ser humano, acomodarse a su nueva realidad implica mucha seguridad y confianza. La profesión de enfermería es un arte de cuidado que involucra las relaciones humanas, el apoyo, la promoción y prevención de enfermedades, lo cual requiere de múltiples capacidades y habilidades. La formación profesional de enfermería es muy demandante y de alta disciplina académica, lo cual comprende una formación teórica y práctica. Muy aparte de ello, el estudiante tiene que lidiar con sus trabajos en grupo, exámenes finales, exposiciones, prácticas hospitalarias, en este proceso de formación está expuesto a muchas dificultades, las cuales pueden desencadenar problemas tanto físicos como psicológicos y con el tiempo llegan a convertirse en problemas serios en su desempeño académico.

El objetivo general fue determinar si existe relación entre estrés académico y calidad de vida en los estudiantes de enfermería, según los resultados encontrados se obtuvo un coeficiente de correlación nulo. En contraparte a los estudios encontrados en estudiantes del área de salud en Brasil, se evidenció que el 50 % de alumnos de dicha carrera manifestaron señales de depresión, ansiedad y estrés (29). Mientras en una universidad peruana se evidenció que el 42,7 % de estudiantes percibían el entorno estresante (25), esto se puede explicar desde la mirada del modelo de Calixta Roy quien plantea cuatro maneras adaptativas para poder afrontar el estrés y reaccionar de manera positiva ante cualquier cambio que exista en nuestro entorno, el estudiante de enfermería sabe y maneja las técnicas de relajación, esto ayuda mucho a manejar el estrés. Por otro lado, Roy revela que los seres humanos que tienen un grado alto de autoestima tienden a manejar las situaciones estresantes sin ningún problema, asimismo, la función de enfermería es fundamental para disminuir el estrés y lograr la adaptación del individuo y su entorno (45).

De igual manera como objetivo específico se identificó que a mayores estresores existe una menor percepción de la satisfacción con la salud, también se observó que a mayores estresores hay mayor dolor físico, las pocas energías para la vida diaria, dificultad para desplazarse de un lugar a otro, en contraparte, un estudio realizado demuestra lo contrario donde sí hay relación en estudiantes de enfermería así lo refieren los autores Kupcewicz, Grochans y Kaducáková (21), quienes han demostrado que las experiencias estresantes durante los estudios modifican su calidad de vida y salud, presentando un nivel alto de estrés el último mes con 49,8%, 43,8% y 45,4%, respectivamente. Por otro lado, son escasos los antecedentes sobre el tema y no existen estudios previos específicos que hayan realizado correlaciones con los indicadores del estrés académico. No obstante, a nivel teórico cuando existen mayores estresores académicos como exámenes, tareas, exposiciones, prácticas, trabajos en grupos, los métodos de enseñanza de los docentes, dificultades con el tiempo cuando estudian y trabajan, limitaciones en el ámbito social y personal, es coherente que el nivel de presión y exigencia académica afecte a la percepción de la satisfacción con la salud (29). De igual forma, estos estresores pueden afectar la salud física debido a que a mayor presencia de estresores, los dolores, molestias físicas se incrementan por la presión académica (20).

Del mismo modo, como objetivo específico se identificó que a mayores síntomas existe una menor percepción de satisfacción con la salud, mayor dolor físico, que repercute con la salud psicológica y también disminuye las relaciones personales, estos hallazgos son similares al estudio realizado por Casaretto et al. (22), donde mencionan que respecto a los síntomas que el estrés académico se relaciona con cambios en la salud física y psicológica de los estudiantes e indican que estos comportamientos deben ser tomados en cuenta por las consecuencias tempranas o tardías que pueden traer; la falta de las horas de sueño, dificultad de concentración en las clases, alteraciones en los hábitos alimenticios fueron las primeras declaraciones de los estudiantes de dicho estudio. En la universidad siempre existirán muchos objetivos por cumplir, esto es lo que origina el estrés afectándose el rendimiento académico del estudiante y se ve reflejado en las calificaciones, la falta de interés, sumado a ello el consumo de sustancias nocivas, agresión a los compañeros de clases y



docentes, hasta la deserción de los estudios (47).

En cuanto a la relación de estrategias de afrontamiento, observamos en el objetivo específico que no existen relaciones significativas con los indicadores percepción de la calidad de vida, percepción de la satisfacción con la salud, y dimensiones de salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente. Ello se puede explicar ya que las estrategias de afrontamiento son ajenas a las molestias físicas o percepciones la salud y se enfocan más al afrontamiento de los malestares o regulación de hábitos para disminuir el estrés, asimismo, comprender y regularizar las emociones, como también impulsa el autocontrol emocional (48).

## **4.2 Conclusiones**

1. Se encontró una relación nula en cuanto al estrés académico y calidad de vida en estudiantes de enfermería, esto se debe a que al estar formándose como profesionales de salud, ver la competencia y las altas demandas que existen en el medio, vivir una situación de estrés durante sus actividades no afecta de gran manera la calidad, no les dan mayor importancia a las situaciones estresantes.
2. El estudio evidenció que a mayores estresores hay una baja percepción de la salud, asimismo, se encontró que afecta la salud física, hay mayor dolor físico y dificultades para los quehaceres diarios, donde las experiencias estresantes modifican muchas cosas en la vida, afectando de gran manera a la salud.
3. Asimismo, se evidenció que a mayores síntomas del estrés académico cambian la salud física y psicológica de los estudiantes de enfermería y que deberíamos tener en cuenta la importancia que tiene, por las consecuencias que conlleva en la preparación académica.
4. No hubo asociación entre las estrategias de afrontamiento con los indicadores percepción de calidad de vida y percepción de la satisfacción con la salud, asimismo, no se encontró relación con las dimensiones salud física, salud psicológica y relaciones sociales y ambiente.

### **4.3 Recomendaciones**

1. Recomendar a la universidad, fomentar programas para la salud mental, mejoras de la salud física sobre todo en la actualidad en que el porcentaje de problemas psicológicos ha aumentado de gran manera, sobre todo tener en cuenta y mayor prioridad a los a estudiantes que se están formando en el área de salud, ya que eso implica trabajar con seres humanos.
2. Recomendar a la universidad y los establecimientos de salud donde realizan sus prácticas hospitalarias los estudiantes del área de salud, establezcan vínculos fluidos de comunicación, para identificar los riesgos del estrés académico de manera temprana, así recibir brindar de manera oportuna.
3. Recomendar a los docentes y profesores no recargar de trabajos, exposiciones y dar un tiempo prudente para la presentación de sus actividades académicas, crear diversas técnicas de estudio, incentivar tiempo a cualquier deporte o actividades recreativas, respetar los ciclos de sueños durante la noche.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Fasoro A, Oluwadare T, Ojo T, Et al. Perceived stress and stressors among first-year undergraduate students at a private medical school in Nigeria. J Taibah Univ Med Sci [Internet]. 2019 [citado el 01 de julio del 2023];14(5): 425-430. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31728140/>
2. Ramli N, Alavi M, Mehrinezhad S, Et al. Academic stress and Self-Regulation among University Students in Malaysia: Mediator Role of Mindfulness. Behv Sci(basel) [Internet]. 2018 [citado el 01 de julio del 2023];8(1):12. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29342910/>
3. Satpathy P, Siddiqui N, Parida D, Et al. Prevalence of stress, stressors, and coping strategies among medical undergraduate students in a medical college of Mumbai. J Educ Health Promot [Internet]. 2021 [citado el 01 de julio del 2023];10:318. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34667818/>
4. Msc A, MCommh T, Ojo A, Et al. Perceived stress and stressors among first-year undergraduate students at a private medical school in Nigeria. Journal Of Taibah University Medical Sciences [Internet]. 2019 [citado el 01 de julio del 2023];14(5). Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31728140/>
5. Yusoff M, Rahim A, Baba A, Et al. Prevalence and associated factos of stress, anxiety and depression among prospective medical students. Asian J Psychiatr [Internet]. 2013 de abril [citado el 01 de julio del 2023];6(2):128-33. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23466109/>
6. Pinto A, \_Elvis E, Villa N, et al. Estrés académico en estudiantes de la universidad de la Guajira Colombia. Dialnet [Internet]. 2022 [citado el 24 de julio del 2024];28. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8471675>
7. Asturias N, Andrew S, Boardman G, Et al. The influence of socio-demographic factor son stress and coping strategies among undergraduate nursing students. Nurse Educ Today [Internet]. 2021 [citado el 01 de julio del 2023];99:104780. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33516979/>
8. Rada R, Leong C. Stress, burnout, anxiety and depression among dentists. J Am Dent Assoc [Internet]. 2004 junio [citado el 01 de julio del

- 2023];135(6):788-94. Disponible en:  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15270165/>
9. Ministerio de salud [Internet]. España: 2016 [citado el 01 de julio del 2023]. Disponible en:  
[https://pe.search.yahoo.com/search?fr=mcafee&type=E210PE91215G0&p=4131.pdf+\(minsa.gob.pe\)](https://pe.search.yahoo.com/search?fr=mcafee&type=E210PE91215G0&p=4131.pdf+(minsa.gob.pe))
10. Valdez I, Marentes R, Correa S. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en enfermería. Enfermería global [Internet]. 2022 [citado el 24 de julio del 2024]. Disponible en: <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/441711/315581>
11. Muhammad H, Mifrah R, Neelofar S, et al. Efecto del estrés académico y del entorno educativo sobre el rendimiento y la calidad de vida de los estudiantes de medicina y odontología; evaluación de la comprensión de los profesionales de la salud sobre los factores que afectan el estrés: un estudio de método mixtos. National library of medicine [Internet]. 2024 [citado el 24 de julio del 2024];18(11). Disponible en:  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10683982/>
12. Grande R, Berdida D, Maniago J. Predictores de la calidad de vida de estudiantes de prácticas de enfermería de cinco universidades saudíes. J Taibah Univ Med Sci [Internet]. 2021 [citado el 09 de marzo del 2024];16(5):747-754. Disponible en:  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8498709/>
13. García M. El estrés académico en estudiantes universitarios: una problemática de atención en la escuela superior de enfermería N° 4 de Taxco de Alarcón, Guerrero. Revista dilemas contemporáneos [Internet]. 2023 [citado el 24 de julio del 2024]. Disponible en:  
<https://dilemascontemporaneoseduccionpoliticaayvalores.com/index.php/dilemas/article/view/3625>
14. Carabajal D, Ortigoza A, Barrios C. Estrés académico en estudiantes de enfermería. Revista española de educación médica [Internet]. 2024 [citado 9 de marzo de 2024];5(2). Disponible en:  
[://revistas.um.es/edumed/article/view/598841/357371](https://revistas.um.es/edumed/article/view/598841/357371)

15. Berdida D, Grande R. Academic stress, COVID-19 anxiety, and quality of life among nursing students: The mediating role of resilience. *Int Nurs Rev* [Internet] 2022 [citado el 01 de julio del 2023];70(1):34-42. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35639606/>
16. Canasa L. Factores generadores de estrés en estudiantes de enfermería en la práctica clínica en la Universidad Privada del Norte, los Olivos 2019 [tesis de grado] Lima: Universidad Privada del Norte; 2019 [citado 1 de julio de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/24976>
17. Chavez J, Peralta R. Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa -Perú. *Revista de Ciencias Sociales* [Internet]. 2019 [citado 1 de julio de 2023];25:384-399. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/280/28065583029/html/>
18. Bedewy D, Gabriel A. Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. *Health Psychol Open* [Internet]. 2015 julio [citado 1 de julio del 2023];2(2):2055102915596714. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28070363/>
19. Mejía D, Paredes A, Licon K, et al. Determinantes sociales de la salud percibida y calidad de vida en mayores de dieciséis años de edad, honduras. *Revista cubana de salud pública* [Internet]. 2022 [citado el 24 de julio del 2024];48(2). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-34662022000200009&script=sci\\_arttext](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-34662022000200009&script=sci_arttext)
20. Silva M, López J, Columba M. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y ciencia* [Internet]. 2020 [citado el 24 de julio del 2024];28(79),75-83. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/67462875008.pdf>
21. Kupcewicz E, Grochans E, Mikla M, Et al. Analysis of the Relationship between Stress Intensity and Coping Strategy and Quality of Life of Nursing Students in Poland, Spain and Slovakia. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2020 [citado 2 de julio de 2023];17(12):4536. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32599727/>

22. Cassaretto M, Vilela P, Gamarra I. Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. Liberabit [Internet]. 2021 [citado 2 de julio de 2023];27(2). Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-48272021000200005&lang=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272021000200005&lang=es)
23. Vera R. Relación entre estrés académico y calidad de vida de los estudiantes del internado de enfermería en una universidad pública de lima metropolitana, 2021 [Tesis de licenciatura] Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Medicina, 2021 [citado 2 de julio del 2023]. Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/16717>
24. Diaz F, Medina E, Potosí J, et al. Calidad de vida y estrés en estudiantes de medicina en Cajamarca-peru-2023. Ciencia latina revista científica multidisciplinaria [Internet]. 2023 [citado el 24 de julio del 2024];7(2). Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/5423/8201>
25. De la torre J. Estrés académico y calidad de vida en estudiantes de medicina de una universidad nacional peruana durante el año 2023 [Tesis de licenciatura] Lima: Universidad Federico Villarreal, Facultad de Medicina, 2024. Disponible en: [http://190.12.84.13:8080/bitstream/handle/20.500.13084/8429/7.%20TESIS\\_TOLEDO\\_DE\\_LA\\_TORRE\\_JESUS\\_DARIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://190.12.84.13:8080/bitstream/handle/20.500.13084/8429/7.%20TESIS_TOLEDO_DE_LA_TORRE_JESUS_DARIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
26. Castillo J, Guzmán A, Bustos C, et al. Propiedades psicométricas del inventario SISCO-II de estrés académico. Revista iberoamericana de diagnóstico y evaluación [Internet]. 2020 [citado el 24 de julio del 2024];56(3). Disponible en: <https://repositorio.udd.cl/server/api/core/bitstreams/25eb8c41-ee14-4982-b89c-f5257c9a039d/content>
27. Caballero c. relación entre académico y calidad de vida de los estudiantes del internado de enfermería en la universidad Norbert Wiener, 2022. [Tesis para optar título de especialista en Cuidado de Enfermería Emergencias y Desastres]. Lima: Universidad Norbert Wiener; 2022. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/6662/T06>

- 1\_45242838\_S.pdf?sequence=1&isAllowed=y
28. Ruiz C, Barraza A. Validación del inventario SISCO SV-21 en estudiantes universitarios españoles [Internet]. México: 2020 [citado el 24 de julio del 2024]. Disponible en: [https://www.researchgate.net/profile/Cristina-Ruiz-Camacho/publication/344853194\\_Validacion\\_del\\_Inventario\\_SISCO\\_SV-21\\_en\\_estudiantes\\_universitarios\\_espanoles/links/5f93d675458515b7cf9925f6/Validacion-del-Inventario-SISCO-SV-21-en-estudiantes-universitarios-espanoles.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Cristina-Ruiz-Camacho/publication/344853194_Validacion_del_Inventario_SISCO_SV-21_en_estudiantes_universitarios_espanoles/links/5f93d675458515b7cf9925f6/Validacion-del-Inventario-SISCO-SV-21-en-estudiantes-universitarios-espanoles.pdf)
  29. Batista P, Meileres A, Da silva I, Silva M. síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de salud e impacto en la calidad de vida. Rev Lat Am [Internet]. 2023 [citado el 24 de julio del 2024];31. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10208634/>
  30. Fajardo S, Mendoza D. Calidad de vida en adultos mayores que residen en el Asentamiento Humano Vista Alegre de Cerro Candela, 2023. [Tesis de licenciatura] Lima: Universidad de Ciencias y Humanidades, Facultad de Ciencias de la Salud, EP enfermería, 2023 [citado el 24 de julio del 2024]. Disponible en: [https://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12872/813/Fajardo\\_SE\\_Mendoza\\_DD\\_tesis\\_enfermeria\\_2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12872/813/Fajardo_SE_Mendoza_DD_tesis_enfermeria_2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
  31. Declaración de Munich enfermeras y matronas: una fuerza de salud oficina regional europea de la OMS. Disponible en: <https://www.index-f.com/lascasas/documentos/lc0062.pdf>
  32. García E, Cusme N. Ampliación del modelo de Calixta Roy como herramienta de adaptación al estrés. [Internet]. 2023 [citado el 02 de julio del 2023];19(4). Disponible en: <http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/38711>
  33. Hernández S, Fernández C, Baptista L. Metodología de la investigación [Internet]. México [citado el 2 de julio del 2023]. Disponible en: <https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/38911499/Sampieri-libre.pdf?1443413652=&response-content>
  34. Gambini I, Osorio V, Palomino J. El estrés académico en el aprendizaje de los estudiantes universitarios. Horizontes revista de investigación en ciencias de la educación [Internet]. 2024 [citado el 24 de julio del 2024];8(32).

- Disponible en: [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2616-79642024000100526&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2616-79642024000100526&script=sci_arttext)
35. Ponto J. Understanding and Evaluating Survey Research. *J Adv Pract Oncol* [Internet]. 2015 [citado 2 de julio del 2023];6(2):168-171. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4601897/>
36. Ugarte L, Hernández S, Jauregui M. Evidencia psicométricas de inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos. *Research Articles* [Internet]. 2021 [citado 2 de julio del 2023];9(2). Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v9n2/2310-4635-pyr-9-02-e647.pdf>
37. Cotrato J. Estrés académico ante nueva modalidad de prácticas virtuales en internistas de psicología de la universidad peruana unión Juliaca-2020 [Trabajo de Investigación para obtener el Grado Académico de Bachiller en Psicología]. Juliaca: Universidad Peruana Unión; 2020 [citado 2 de julio del 2023]. Disponible en: <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/3662>
38. Olivas L, Morales S, Solano M. Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos. *Propósitos y representaciones* [Internet]. 2021 [citado el 24 de julio del 2024];9(2). Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2307-79992021000200001](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992021000200001)
39. Cardona J, Higueta L. Desempeño psicométrico e intervalos de referencia del WHOQOL-BREF en población sana, Medellín-Colombia. *Revista médica Risaralda* [Internet]. 2022 [citado el 24 de julio del 2024];28(2). Disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0122-06672022000200037&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0122-06672022000200037&script=sci_arttext)
40. Chiquiruna A. calidad de vida y apoyo social en pacientes adultos mayores del servicio de hospitalización de un hospital de lima 2020 [Tesis para optar el título de especialista en Cuidado Enfermero en Geriatria y Gerontología]. Lima; Universidad Norbert Wiener, Facultad ciencias de la salud, EP enfermería; 2020. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/7340/T0>



61\_45920335\_S.pdf?sequence=1&isAllowed=y

41. Nornadiah M. Power comparisons of Shapiro-Wilk Kolmogórov-Smirnov, Lilliefors and Anderson-Darling Tests. ResearchGate [Internet]. 2011 [citado el 24 de julio del 2024];2(1). Disponible en: [https://www.nbi.dk/~petersen/Teaching/Stat2017/Power\\_Comparisons\\_of\\_Shapiro-Wilk\\_Kolmogorov-Smirn.pdf](https://www.nbi.dk/~petersen/Teaching/Stat2017/Power_Comparisons_of_Shapiro-Wilk_Kolmogorov-Smirn.pdf)
42. Cohen J. El análisis del poder estadístico para las ciencias de la conducta [Internet]. 1988 [citado 24 de julio de 2024]. Disponible en: <https://www.taylorfrancis.com/books/mono/10.4324/9780203771587/statistical-power-analysis-behavioral-sciences-jacob-cohen>
43. Gonzales A. La bioética en la práctica médica. Scalpelo [Internet]. 2023 [citado 2 de julio del 2023];4(1). Disponible en: <https://rescalpelo.sld.cu/index.php/scalpelo/article/view/94/pdf>
44. Guillarta L. los principios éticos y bioéticos aplicados a la calidad de la atención en enfermería. Revista cubana de oftalmología [Internet]. 2015 [citado el 02 de julio del 2023];28(2). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s0864-21762015000200009](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0864-21762015000200009)
45. García E. Aplicación del modelo de callista Roy como herramienta de adaptación al estrés. Brazilian Journal of Health Review [Internet]. 2023 [citado el 24 de julio del 2024];6(1). Disponible en: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/56678/41578>
46. Fajardo A, Licea M, Moreno F, et al. Cefalea en estudiantes de Medicina cubanos en relación con factores asociados al estrés académico. Medisur [Internet]. 2023 [citado el 24 de julio del 2024];21(1). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1727-897X2023000100117&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1727-897X2023000100117&script=sci_arttext&tlng=en)
47. Gusqui K, Galárraga A. Análisis de disparidad en los niveles de estrés académico entre estudiantes universitarios de primer y último nivel. Prometeo conocimiento científico [Internet]. 2023 [citado 24 de julio de 2024];3(2). Disponible en: <https://prometeojournal.com.ar/index.php/prometeo/article/view/49/63>

48. Traverso R, Aguirre J, Talavera J, Palomino J. Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en personal de salud. Revista de la facultad de medicina humana [Internet]. 2023 [citado 24 de julio de 2024];23(3). Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2308-05312023000300046](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-05312023000300046)

## ANEXO A. MATRIZ DE CONSISTENCIA INTERNA

Problema	objetivos	Hipótesis	variables	dimensiones	metodología
<p><b>Problema general:</b> ¿Cuál es la relación que existe entre el estrés académico y la calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad en Lima Norte-2024</p>	Determinar la relación que existe entre estrés académico y calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada de lima norte-2024	<p><b>Hipótesis general:</b> Existe relación entre el estrés académico y la calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada en Lima Norte.</p>	Estrés académico	<p>Estresores</p> <p>Síntomas</p> <p>Estrategias de afrontamiento</p>	<p>Tipo: Cuantitativo</p> <p>Diseño: Correlacional</p> <p>Población: 1200</p> <p>Muestra: 250 Encuesta</p> <p>Instrumento: Inventario SISCO SV 21</p> <p>WHOQOL BREF</p>
<p><b>Problemas específicos:</b> ¿Cuál es la relación entre estresores con los indicadores y dimensiones de calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada de lima norte-2024</p>	Identificar la relación entre estresores con los indicadores y dimensiones de calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada de lima norte-2024		Calidad de vida	Salud física	
¿Cuál es la relación entre síntomas con los indicadores y dimensiones de calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada de lima norte 2024?	Identificar la relación entre síntomas con los indicadores y dimensiones de calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada de lima norte-2024			Salud psicológica	
¿Cuál es la relación entre estrategias de afrontamiento con los indicadores y dimensiones de calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada de lima norte-2024?	Identificar la relación entre estrategias de afrontamiento con los indicadores y dimensiones de calidad de vida de una universidad privada de lima norte-2024			Relaciones sociales	
				ambiente	

## Anexo B. Operacionalización de las variables

### Anexo B. Operacionalización de la variable

Estrés académico y calidad de vida entre estudiantes de enfermería en una universidad privada de Lima Norte – 2024								
Variable	Tipo de variable según su naturaleza y escala de medición	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Número de ítems e ítems	Valor final	Criterios para asignar valores
<b>Estrés académico</b>	Tipo de variable según su naturaleza:  <b>Cualitativo</b> Escala de medición: <b>Ordinal</b>	Es estrés académico es la reacción que tiene la persona a las demandas académicas, muchas veces se ve afectado la salud mental por el temor que los abarca al fallo académico, esto se puede evidenciar en distintas formas, como sentirse agobiado al tratar de encajar en la nueva vida universitaria, asimismo los requerimientos que conlleva la vida de un estudiante, todos estos factores son una dificultad para los estudiantes lo cual conlleva a un agobio mental (26).	Es estrés académico es la reacción que tiene la persona a las demandas académicas, muchas veces se ve afectado la salud mental por el temor que los abarca al fallo académico, esto se puede evidenciar en distintas formas, como sentirse agobiado al tratar de encajar en la nueva vida universitaria, asimismo los requerimientos que conlleva la vida de un estudiante, todos estos factores son una dificultad para	Estresores	Percepción autocrítica sobre el docente y desempeño del estudiante	1-7	<b>nivel leve del estrés</b>  <b>nivel moderado del estrés</b>  <b>nivel severo del estrés</b>	Politémica ordinal
				Síntomas	Psicológicas y fisiológicas	8-14		0 al 33% nivel leve del estrés
				Estrategias de afrontamiento	Interpretación y valoración del contexto problemático	15-21		34 al 66% nivel moderado del estrés
								67% al 100% nivel severo del estrés

			los estudiantes lo cual conlleva a un agobio mental y se caracteriza por estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento lo cual será medido con el cuestionario SISCO SV 21.					
--	--	--	---	--	--	--	--	--

## Estrés académico y calidad de vida entre estudiantes de enfermería en una universidad privada de Lima Norte – 2024

Variable	Tipo de variable según su naturaleza y escala de medición	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Número de ítems e ítems	Valor final	Criterios para asignar valores
<b>Calidad de vida</b>	Tipo de variable según su naturaleza:  <b>Cualitativo</b> Escala de medición: <b>Ordinal</b>	La calidad de vida es un concepto que emerge desde la etapa contemporánea, como una señal significativa de las condiciones de salud, con base a la apreciación que tiene el ser humano sobre las diferentes etapas de su vida en el ámbito, mental, físico y social, la calidad de vida en los universitarios es un tema muy debatido, contemplando así el interés que tiene dicha población en el	La calidad de vida es un concepto que emerge desde la etapa contemporánea, como una señal significativa de las condiciones de salud, con base a la apreciación que tiene el ser humano sobre las diferentes etapas de su vida en el ámbito, mental, físico y social, la calidad de vida en los universitarios es un tema muy debatido, contemplando así el	Salud física	Dolor, malestar, dependencia de medicamentos, cansancio, sueño, actividad diaria, capacidad en el trabajo.	(3,4,10,15,16,17,18)	mala	Puntaje: (66-100)
				Salud psicológica	Espiritualidad, creencias, imagen corporal, autoestima, sentimientos positivos o negativos.	(5,6,7,11,19,26)	Regular	Puntaje: (52-65)
				Relaciones sociales	Relaciones personales, actividad sexual, soporte social.	(20,21,22)	Buena	Puntaje: (0-51)

		<p>ámbito social y de salud pública, siendo valorado a través del cuestionario WHOQOL-BREF (29).</p>	<p>interés que tiene dicha población en el ámbito social y de salud pública, se caracteriza por sus 4 dimensiones salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente y será medido por el cuestionario WHOQOL BREF.</p>	<p>ambiente</p>	<p>Seguridad física y de protección, recursos económicos, hogar, transporte.</p>	<p>(8,9,12,13,14,23,24,25)</p>		
--	--	--	--	-----------------	--	--------------------------------	--	--

## Anexo C. Instrumentos de recolección de datos

FICHA Nro.

### INVENTARIO SISCO SV-21 DEL ESTRÉS ACADÉMICO

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación superior durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a las preguntas será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales

#### I. DATOS GENERALES

1. **Sexo**  Masculino  Femenino      2. **Edad**  (Años cumplidos)
3. **Estado civil**  Soltero(a)  Conviviente  Casado(a)  Separado(a)  
 Divorciado(a)  Viudo(a)
4. **Ciclo**  Tercero  Cuarto  Quinto  Sexto  
 Séptimo  Octavo  Noveno  Décimo
5. **Ocupación**  No trabaja  Independiente  Dependiente  Ama de casa

#### II. CUESTIONARIO

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo (estrés)?  
 Sí  
 No

**En caso de seleccionar la alternativa "NO", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar el alternativo "SI", pasar a la pregunta número 2 y continuar con el resto de las preguntas**

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando la **escala del 1 al 5 señala tu nivel de estrés donde (1) es poco y (5) es mucho.**

1	2	3	4	5

#### 3. Dimensión estresores

¿que frecuencia se estresa por?	nunca	a vez	as veces	siempre	mpre
La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.					
La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases					
La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)					



El nivel de exigencia de mis profesores/as					
El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as					
La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as					

#### 4. Dimensión síntomas (reacciones)

<b>¿Con que frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estas estresando?</b>	<b>inca</b>	<b>a vez</b>	<b>as veces</b>	<b>siempre</b>	<b>e</b>
crónica (cansancio permanente)					
mento de depresión y tristeza (decaído)					
ad, angustia o desesperación.					
nas de Concentración					
mentos de agresividad o aumento de irritabilidad					
os o tendencia a polemizar o discutir					
o para realizar las labores escolares					

#### 5. Dimensión estrategias de afrontamiento

<b>¿Con que frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés?</b>	<b>inca</b>	<b>a vez</b>	<b>as veces</b>	<b>siempre</b>	<b>e</b>
trarse en resolver la situación que me preocupa					
cer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa					
r lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa					
er el control sobre mis emociones para que no me afecte te lo que me estresa					
ción de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas					
o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa					

## CUESTIONARIO WHOQOL - BREF

<b>FICHA Nro.</b>
-------------------

PREMISAS	MUY MALA	REGULAR	NORMAL	BASTANTE BUENA	MUY BUENA
1. ¿Cómo puntuaría su calidad de vida?					
PREMISAS	MUY INSATISFECHO/A	POCO INSATISFECHO/A	LO NORMAL	BASTANTE SATISFECHO/A	MUY SATISFECHO/A
2. ¿Cuán satisfecho está con su salud?					

**Las siguientes preguntas hacen referencia al grado en que ha experimentado ciertos hechos en las dos últimas semanas**

PREMISAS	NADA	UN POCO	NORMAL	BASTANTE	EXTREMADAMENTE
3. ¿Hasta qué punto piensa que el dolor (físico) le impide hacer lo que necesita?					
4. ¿Cuánto necesita de cualquier tratamiento médico para funcionar en su vida diaria?					
5. ¿Cuánto disfruta de la vida?					
6. ¿Hasta qué punto siente que su vida tiene sentido?					
7. ¿Cuál es su capacidad de concentración?					
8. ¿Cuánta seguridad siente en su vida diaria?					
9. ¿Cuán saludable es el ambiente físico en su alrededor?					

**Las siguientes preguntas hacen referencia a si usted experimenta o fue capaz de hacer ciertas cosas en las últimas semanas y en qué medida**

PREMISAS	NADA	UN POCO	LO NORMAL	BASTANTE	TOTALMENTE
10. ¿Tiene energía suficiente para su vida diaria?					
11. ¿Es capaz de aceptar su apariencia física?					
12. ¿Tiene suficiente dinero para cubrir sus necesidades?					
13. ¿Dispone de la información que necesita para su vida diaria?					
14. ¿Hasta qué punto tiene oportunidad para realizar actividades de ocio?					
15. ¿Es capaz de desplazarse de un lugar a otro?					

<b>Las siguientes preguntas hacen referencia a si en las dos últimas semanas se ha sentido satisfecho/a y cuánto, en varios aspectos de su vida.</b>					
<b>PREMISAS</b>	<b>MUY INSATISFECHO/A</b>	<b>POCO</b>	<b>LO NORMAL</b>	<b>BASTANTE SATISFECHO/A</b>	<b>MUY SATISFECHO/A</b>
16. ¿Cuán satisfecho está con su sueño?					
17. ¿Cuán satisfecho está con su habilidad para realizar sus actividades de la vida diaria?					
18. ¿Cuán satisfecho está con su capacidad de trabajo?					
19. ¿Cuán satisfecho está de sí mismo?					
20. ¿Cuán satisfecho está con sus relaciones personales?					
21. ¿Cuán satisfecho está con su vida sexual?					
22. ¿Cuán satisfecho está con el apoyo que obtiene de sus amigos?					
23. ¿Cuán satisfecho está de las condiciones del lugar donde vive?					
24. ¿Cuán satisfecho está con el acceso que tiene a los servicios sanitarios?					
25. ¿Cuán satisfecho está con los servicios de transporte de su zona?					

<b>La siguiente pregunta hace referencia a la frecuencia con que Ud. ha sentido o experimentado ciertos sentimientos en las últimas dos semanas</b>					
<b>PREMISAS</b>	<b>NUNCA</b>	<b>RARAMENTE</b>	<b>MODERADAMENTE</b>	<b>FRECUENTEMENTE</b>	<b>SIEMPRE</b>
26. ¿Con qué frecuencia tiene sentimientos negativos, tales como tristeza, desesperanza, ansiedad o depresión?					

## ANEXO D. CONSENTIMIENTO INFORMADO/ASENTIMIENTO INFORMADO

### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

A usted se le está invitando a participar en este estudio de investigación en salud. Antes de decidir si participa o no, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados.

**Título del proyecto:** ESTRÉS ACADÉMICO Y CALIDAD DE VIDA EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA NORTE - 2024

**Nombre y apellidos de los investigadores principales:**

- Magaly gupioc valqui

**Propósito del estudio:** Determinar la relación entre el estrés académico y la calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada en Lima Norte-2024

**Beneficios por participar:** Es posible que conozca los resultados de la investigación de la forma más adecuada (individual o grupal), lo cual le puede ser muy útil para sus actividades profesionales.

**Inconvenientes y riesgos:** No hay, solo se les solicitará llenar el formulario.

**Costo por participar:** Los participantes no realizarán ningún gasto en el proceso del estudio.

**Confidencialidad:** Los datos que usted otorgue permanecerán asegurados, solo los investigadores pueden tener dicha información. Fuera de los datos reservados los participantes no serán ubicados cuando la resolución sea divulgada.

**Renuncia:** Usted está en todo el derecho de apartarse si lo cree conveniente, no existe ninguna penalidad o daños de los beneficios a los que tiene privilegio.

**Consultas posteriores:** Si usted tendría alguna duda durante el proceso de estudio o sobre la investigación puede acercarse a la señorita Magaly Gupioc Valqui, coordinadora del equipo (teléfono móvil N° 938837918) o al correo electrónico: [maggupiocv@uch.pe](mailto:maggupiocv@uch.pe)

**Contacto con el Comité de Ética:** Si usted tendría algunas interrogantes sobre sus derechos como participantes o cree que la información otorgada fue transgredida puede dirigirse al Dr. Segundo German Millones Gomez, presidente del Comité de Ética de la Universidad de Ciencias y Humanidades, ubicada en la av. universitaria N°5175, Los Olivos teléfono 7151533 correo electrónico: [comite@eticauch.edu.pe](mailto:comite@eticauch.edu.pe)

**Participación voluntaria:**

Su intervención en este trabajo de campo es del todo voluntaria y puede apartarse cuando lo crea conveniente.

---

Nombres y apellidos del participante	Firma o huella digital
Nº de DNI:	
Nº de teléfono: fijo o móvil o WhatsApp	
Correo electrónico	
Nombre y apellidos del encuestador (a)	Firma
Nº de DNI	
Nº teléfono	

Fecha: agosto del 2024

---

Nombre - Apellidos y Firma del Participante

## **ASENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES EN UN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN EN CIENCIAS DE LA SALUD**

Buen día soy egresada de la Escuela de Enfermería de la Universidad de Ciencias y Humanidades. Estoy realizando un estudio para conocer la relación que existe entre el estrés académico y la calidad de vida de los estudiantes de enfermería.

**Nombre de los investigadores:** Magaly Gupioc Valqui

**Título del proyecto:** Estrés académico y calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada en Lima Norte – 2024.

**Propósito:** Identificar la relación la relación entre estrés académico y calidad de vida de estudiantes de enfermería.

**Inconvenientes y riesgos:** Ninguno, solo se pedirá responder el cuestionario sin ocasionarle ningún gasto económico.

**Confidencialidad:** Esto quiere decir que no diremos a nadie tus respuestas (o tus resultados del análisis), solo lo sabrán las personas que están realizando el estudio.

**Participación voluntaria:** Quiere decir, aun cuando tu papá o mamá hayan dicho que puedes participar, si tu no quieres hacerlo puedes decir que no. Es tu decisión si participas o no en el estudio. También es importante que sepas que, si en algún momento ya no quieres continuar en el estudio, puedes retirarte en cualquier momento, o si no quieres responder a alguna pregunta en particular, tampoco habrá problema.

**Consultas posteriores:** Si tuvieras alguna pregunta adicional durante el desarrollo de este estudio, acerca de la investigación o tus derechos como participante en la investigación, puedes consultar directamente con los responsables del estudio. Si quieres saber acerca de los resultados del estudio puedes contactarme: [maggupiocv@uch.pe](mailto:maggupiocv@uch.pe)

HE LEIDO Y COMPRENDIDO.

YO, VOLUNTARIAMENTE FIRMO ESTA CARTA DE ASENTIMIENTO INFORMADO Y ACEPTO PARTICIPAR EN EL ESTUDIO.

Fecha: agosto del 2024

---

Nombre - Apellidos y Firma del Participante

---

Nombres y apellidos del participante	Firma o huella digital
Nº de DNI:	
Nº de teléfono: fijo o móvil o WhatsApp	
Correo electrónico	
Nombre y apellidos del encuestador (a)	Firma
Nº de DNI	
Nº teléfono	

Fecha: agosto del 2024

---

Nombre - Apellidos y Firma del Participante

## ANEXO E. ACTA DEL COMITÉ DE ÉTICA



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

### COMITÉ DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN

ACTA CEI N.º 081	01 de agosto de 2024
------------------	----------------------

### ACTA DE EVALUACIÓN ÉTICA

En el distrito de Los Olivos, el día 01 de agosto del año dos mil veinticuatro, el Comité de Ética en Investigación en seres humanos y animales ha evaluado el proyecto: **ESTRÉS ACADÉMICO Y CALIDAD DE VIDA EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA NORTE - 2024** con Código-106-24, presentado por el(los) autor(es): GUPIOC VALQUI MAGALY.

Teniendo en cuenta que el mismo reúne las consideraciones éticas.

POR TANTO:

El Comité de ética en Investigación,

RESUELVE

**APROBAR**, el proyecto titulado: **ESTRÉS ACADÉMICO Y CALIDAD DE VIDA EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA NORTE - 2024** Código-106-24

The block contains a circular official stamp of the 'COMITÉ DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN' of the 'UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES'. Overlaid on the stamp is a handwritten signature in black ink. Below the signature, the name 'MCP. Ricardo, Germán Milonas Gómez' and the title 'Presidente del Comité de Ética en Investigación' are printed.

SGMG /rac

[www.uch.edu.pe](http://www.uch.edu.pe)

Av. Universitaria 5175 Los Olivos - Telef.: 500-3100



## ANEXO F. INFORME DE ORIGINALIDAD DE (TURNITIN)

Licenciada el 21 de noviembre de 2017  
Resolución N° 071-2017-SUNEDUCO

### INFORME DE ORIGINALIDAD ANTIPLAGIO TURNITIN

---

Mediante la presente, Yo:

1. GUPIOC VALQUI MAGALY; identificada con DNI 72171390

Somos egresados de la Escuela Profesional de Enfermería del año 2023 – 1, y habiendo realizado la<sup>1</sup> Tesis para optar el Título Profesional de <sup>2</sup>Enfermería, se deja constancia que el trabajo de investigación fue sometido a la evaluación del Sistema Antiplagio Turnitin el 26 de agosto de 2024, el cual ha generado el siguiente porcentaje de similitud de <sup>3</sup>: 17%

En señal de conformidad con lo declarado, firmo el presente documento a los 26 días del mes de agosto del año 2024.



**GUPIOC VALQUI MAGALY**



**Mg. Daniel Edgardo Yupanqui  
Lorenzo  
DNI 73319434**

---

<sup>1</sup> Especificar qué tipo de trabajo es: tesis (para optar el título), artículo (para optar el bachiller), etc.

<sup>2</sup> Indicar el título o grado académico: Licenciado o Bachiller en (Enfermería, Psicología ...), Abogado, Ingeniero Ambiental, Químico Farmacéutico, Ingeniero Industrial, Contador Público ...

<sup>3</sup> Se emite la presente declaración en virtud de lo dispuesto en el artículo 8°, numeral 8.2, tercer párrafo, del Reglamento del Registro Nacional de Trabajos conducentes a Grados y Títulos – RENATI, aprobado mediante Resolución de Consejo Directivo N° 033-2016-SUNEDU/CD, modificado por Resolución de Consejo Directivo N° 174-2019-SUNEDU/CD y Resolución de Consejo Directivo N° 084-2022-SUNEDU/CD.

## INFORME DE ORIGINALIDAD ANTIPLAGIO TURNITIN

---

Mediante la presente, Yo:

1. GUPIOC VALQUI MAGALY; identificada con DNI 72171390

Somos egresados de la Escuela Profesional de Enfermería del año 2023 – 1, y habiendo realizado la<sup>1</sup> Tesis para optar el Título Profesional de <sup>2</sup>Enfermería, se deja constancia que el trabajo de investigación fue sometido a la evaluación del Sistema Antiplagio Turnitin el 26 de agosto de 2024, el cual ha generado el siguiente porcentaje de similitud de <sup>3</sup>: 17%.

En señal de conformidad con lo declarado, firmo el presente documento a los 26 días del mes de agosto del año 2024.



**GUPIOC VALQUI MAGALY**



**Mg. Daniel Edgardo Yupanqui  
Lorenzo  
DNI 73319434**

---

<sup>1</sup> Especificar qué tipo de trabajo es: tesis (para optar el título), artículo (para optar el bachiller), etc.

<sup>2</sup> Indicar el título o grado académico: Licenciado o Bachiller en (Enfermería, Psicología ...), Abogado, Ingeniero Ambiental, Químico Farmacéutico, Ingeniero Industrial, Contador Público ...

<sup>3</sup> Se emite la presente declaración en virtud de lo dispuesto en el artículo 8°, numeral 8.2, tercer párrafo, del Reglamento del Registro Nacional de Trabajos conducentes a Grados y Títulos – RENATI, aprobado mediante Resolución de Consejo Directivo N° 033-2016-SUNEDU/CD, modificado por Resolución de Consejo Directivo N° 174-2019-SUNEDU/CD y Resolución de Consejo Directivo N° 084-2022-SUNEDU/CD.

---

INFORME DE ORIGINALIDAD

---



---

FUENTES PRIMARIAS

---

1	<a href="https://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	3%
2	<a href="https://riubu.ubu.es">riubu.ubu.es</a> Fuente de Internet	2%
3	<a href="https://repositorio.uch.edu.pe">repositorio.uch.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
4	<a href="https://repositorio.unap.edu.pe">repositorio.unap.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
5	<a href="https://cybertesis.unmsm.edu.pe">cybertesis.unmsm.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
6	<a href="https://repositorio.uwiener.edu.pe">repositorio.uwiener.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
7	<a href="https://repositorio.autonmadeica.edu.pe">repositorio.autonmadeica.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%

---

## ANEXO G. INFORME DE CORRECCIÓN DE ESTILO

### INFORME N° 034-2024

**DE** : **Mgtr. Segundo German Millones Gomez**  
*Docente revisor de estilo*

**A** : *Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud*

**ASUNTO** : **Corrección de estilo**

**FECHA** : 25 de agosto de 2024

---

Me dirijo a Ud. con la finalidad de hacerle llegar mi cordial saludo y a la vez para comunicarle que se ha procedido a la corrección de estilo de la tesis titulada "**Estrés académico y calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada en Lima Norte – 2024**" para optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería elaborado por los bachilleres:

1. Gupioc Valqui, Magaly

Debo informar, que luego de realizar las correcciones correspondientes, la tesis en mención cumple con las formalidades de estilo de acuerdo con las normas internacionales sobre redacción académica.

Es todo cuanto tengo que informar.

Atentamente,

  
Mgtr. Segundo German Millones Gomez  
Revisor ortográfico

AD: Informe de diagnóstico ortográfico

El trabajo de investigación titulado “Estrés académico y calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada en Lima Norte – 2024”, presenta las siguientes observaciones:

CRITERIOS	INDICADORES DE EVALUACIÓN				PUNTAJE
	Muy de acuerdo (4)	De acuerdo (3)	En desacuerdo (2)	Muy en desacuerdo (1)	
<b>Redacción</b>	4				4
1. ¿Están bien utilizados los referentes textuales?					
2. ¿Contribuyen los conectores textuales a la lógica del texto?	4				4
3. ¿Es adecuado el vocabulario para un texto formal?		3			3
4. ¿Presenta el texto buen manejo de la sintaxis normativa?		3			3
<b>Ortografía</b>		3			3
5. ¿Es correcto el manejo de las reglas de ortografía y puntuación?					
<b>TOTAL</b>					<b>17</b>



Mgtr. Segundo German Millones Gomez  
Revisor ortográfico

El día 25 de agosto de 2024

## ANEXO H. INFORME DE CONFORMIDAD PARA SUSTENTACIÓN

"Año de la Universalización de la Salud"

### INFORME DE CONFORMIDAD PARA SUSTENTACIÓN

#### INFORME N° 005-2024

Por el presente documento suscrito, en su calidad de Asesor del Trabajo de Investigación titulado "Estrés académico y calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad privada en Lima Norte – 2024" elaborado por:

1. GUIPLOC VALQUI MAGALY DNI N° 72171390

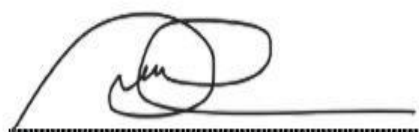
Para obtener el Título Profesional de Licenciada (o) en Enfermería.

Manifiesto que he asesorado, revisado y calificado el trabajo de investigación encontrándolo:

APTO para ser sustentado, reuniendo los aspectos de gramática y redacción,  
APTO en los aspectos de fondo (incluidas las conclusiones y recomendaciones del tema)  
APTO los alumnos comprenden los conceptos utilizados en el diseño y la metodología de la investigación empleada.

Declarándolo **CONFORME** para ser sustentado ante el Jurado designado por la Universidad de Ciencias y Humanidades.

Los Olivos, 22 de agosto de 2024



Mg. Yupanqui Lorenzo, Daniel Edgardo

**Asesor**