

**UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ODONTOLOGÍA**



TESIS

**“NIVEL DE ESTRÉS ACADEMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA
ESCUELA PROFESIONAL DE ODONTOLOGIA EN LA UNIVERSIDAD
PRIVADA DE TACNA, PERIODO 2022”.**

AUTORA

PERCCA ARIAS, LOURDES RAISSA (0000-0002-5509-6316)

ASESOR

Mag. José Elard, Nuñez Cardenas (0000 – 0003 – 0223 – 6933)

Para optar el Título Profesional de:

CIRUJANO DENTISTA

TACNA – PERU

2023

DEDICATORIA

A mis padres por apoyarme siempre en todos los momentos y darme ánimos para nunca rendirme, les dedico este trabajo como agradecimiento a su paciencia y amor.

AGRADECIMIENTO

Dar gracias a Dios por tener la bendición de tener una hermosa experiencia dentro de la universidad ya que conocí a excelentes docentes que siempre me apoyaron y me permitieron convertirme en el profesional que siempre quise ser.

Quiero agradecer a mis padres, por ser el motor principal de que pueda culminar este trabajo, por ser el mayor soporte en los momentos más difíciles, estoy muy agradecida por estar en cada logro que tuve y por motivarme a cumplir mis metas y sueños.

A mi prima Libbeth por acompañarme siempre y hacerme reír en momentos donde creí que no lo lograría.

Agradecer a mi asesor, Mag. Elard Nuñez Cardenas, por brindarme la oportunidad de acudir a sus conocimientos, consejos y tolerancia para encaminarme durante el desarrollo del trabajo.

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Yo, LOURDES RAISSA PERCOA ARIAS, en calidad de Bachiller de la Escuela Profesional de Odontología de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Privada de Tacna, identificado con DNI 77531672, declaro bajo juramento que:

1. Soy autor de la tesis titulada:

"NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ODONTOLOGÍA EN LA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA, PERIODO 2022"

Asesorada por JOSÉ ELARD NUÑEZ CARDENAS, la cual presente para optar el: Título Profesional de Cirujano Dentista.

2. La tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente, habiéndose respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas.

3. La tesis presentada no atenta contra los derechos de terceros.

4. La tesis no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.

5. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falsificados, ni duplicados, ni copiados.

Por lo expuesto, mediante la presente asumo frente a La Universidad cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido de la tesis, así como por los derechos sobre la obra.

En consecuencia, me hago responsable frente a La Universidad de cualquier responsabilidad que pudiera ocasionar, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar como causa del trabajo presentado, asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello a favor de terceros con motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontrasen causa en el contenido de la tesis.

De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo de investigación haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de nuestra acción se deriven, sometiéndonos a la normatividad vigente de la Universidad Privada de Tacna.


DNI: 77531672
Fecha: 18-10-23

RESUMEN

Objetivo: Determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la escuela profesional de odontología en la Universidad Privada de Tacna durante el periodo 2022

Material y Métodos: El enfoque fue descriptivo, de nivel transversal y de diseño no experimental. Además, esta investigación estuvo conformada por 139 estudiantes de la escuela profesional de odontología en la Universidad Privada de Tacna durante el periodo 2022, debido a que se aplicó un muestreo no probabilístico por conveniencia. **Resultados:** El 80.6% de los estudiantes de odontología presentó un nivel moderado de estrés académico, se destacó como principales estresores la sobrecarga de trabajos académicos con 44,6%, como síntoma más frecuente fue el desgano con 41% y la estrategia de afrontamiento fue tratar de obtener lo bueno de la situación que preocupa con 50%. Se determinó también que el género, ciclo académico y el grupo etario no se asociaron significativamente. **Conclusiones:** Los estudiantes de la escuela profesional de odontología presentan niveles moderados de estrés académico.

Palabras clave: estrés académico, estudiantes, odontología

ABSTRACT

Objective: Determine the level of academic stress in the students of the professional school of dentistry at the Private University of Tacna during the period 2022

Material and Methods: The approach was descriptive, transversal level and non-experimental design. In addition, this research was made up of 139 students from the professional school of dentistry at the Private University of Tacna during the 2022 period, because a non-probabilistic sampling was applied for convenience.

Results: 80.6% of the dental students presented a moderate level of academic stress, the overload of academic work stood out as the main stressors with 44.6%, as the most frequent symptom was reluctance with 41% and the coping strategy was try to get the positive from the situation that worries you with 50%. It was also determined that gender, academic cycle and age group were not significantly associated. **Conclusions:** The students of the professional school of dentistry present moderate levels of academic stress.

Keywords: academic stress, students, dentistry

ÍNDICE DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN.....	9
CAPÍTULO I:.....	10
EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	10
1.1 Planteamiento del problema.....	10
1.2 Formulación del problema.....	11
1.3 Objetivo de la investigación.....	12
1.3.1 Objetivo general.....	12
1.3.2 Objetivos específicos.....	12
1.4 Justificación.....	13
CAPÍTULO II:.....	14
REVISION DE LA LITERATURA.....	14
2.1 Antecedentes de la investigación.....	14
2.2 Marco Teórico.....	17
CAPÍTULO III:.....	25
HIPÓTESIS, VARIABLES Y OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES ...	25
3.1 Hipótesis.....	25
3.2 Operacionalización de variables.....	25
CAPÍTULO IV:.....	27
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	27
4.1 Diseño de investigación.....	27
4.2 Ámbito de estudio.....	28
4.3 Población y muestra.....	28
4.3.1 Criterios de inclusión.....	28
4.3.2 Criterios de exclusión.....	28
4.4 Técnica y ficha de recolección de datos.....	28
4.4.1 Técnica.....	28
4.4.2 Instrumentos.....	29
Tabla 1.....	30
CAPÍTULO V:.....	32

PROCEDIMIENTO DE ANÁLISIS	32
5.1 Procedimiento de recojo de datos.....	32
RESULTADOS	33
DISCUSIÓN.....	41
SUGERENCIA.....	48
BIBLIOGRAFÍA	49
ANEXOS.....	55
<i>Matriz de consistencia</i>	56
<i>Instrumentos</i>	58
<i>Proceso de Validación de Instrumentos</i>	63

INTRODUCCIÓN

El estrés académico alude a la presión psicológica y emocional que experimentan los estudiantes en relación con sus actividades académicas. Es una experiencia común entre los estudiantes universitarios. La transición a la educación superior trae nuevos desafíos, que incluyen mayores expectativas académicas, mayor independencia y una carga de trabajo más exigente.

Es un problema frecuente que enfrentan los estudiantes en varios campos educativos, incluidos los estudiantes de odontología. Seguir una carrera en odontología requiere una gran dedicación, largas horas de estudio y la adquisición de habilidades complejas. Como resultado, los estudiantes de odontología a menudo enfrentan varios factores estresantes que pueden alterar significativamente su rendimiento académico y su bienestar general.

La intención de este estudio fue identificar el estrés académico en estudiantes de odontología en la Universidad Privada de Tacna durante el periodo 2022. Al tener conocimiento de los resultados sobre el nivel del estrés académico ayudará a los docentes y comunidad universitaria a poder implementar posibles estrategias efectivas y de esa manera apoyar y aliviar el estrés en los estudiantes de odontología, asegurando su éxito y bienestar mental a lo largo de su trayectoria académica.

CAPÍTULO I:

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Planteamiento del problema

Los estudiantes se enfrentan a cambios importantes en el entorno académico, tanto en la organización como en sus relaciones interpersonales. Con mayor frecuencia se encuentran con mayor presión para satisfacer las demandas impuestas por la competitividad. De este modo, el ritmo actual obliga a que la línea divisoria entre lo académico y la vida se transgreda con frecuencia, lo que contribuye a entornos cada vez más estresantes.(1,2) Si a ello se le suma la crisis generada por la pandemia del COVID-19, en donde la recesión económica ha propiciado la reducción de oportunidades, la precarización de trabajo y disminución de estabilidad financiera se tiene como resultado a factores que contribuyen a desestabilizar la salud mental y la tranquilidad de los estudiantes. (3)

Silva-Ramos et al. afirma que el estrés académico alude a una condición en la que los estudiantes perciben las demandas de su entorno de manera negativa, lo que lleva a una pérdida de control para enfrentar estos desafíos. Esto suele ir acompañado de síntomas físicos como ansiedad, fatiga e insomnio. Además, también puede manifestarse a través de indicadores académicos como el bajo rendimiento, falta de interés por la actividad profesional, el ausentismo y en casos graves, la deserción de los estudios. (4) Así, para hacer frente a los factores estresantes relacionados con el trabajo y gestionar las tensiones, las organizaciones deben ser capaces de identificar y diferenciar los factores del entorno que son fuentes potenciales de estresores y cómo los individuos perciben esos factores. (5)

A nivel internacional, numerosos estudios han evaluado la realidad de estrés académico en diferentes instituciones educativas superiores y sus efectos. La mayoría de estas investigaciones destacan una prevalencia significativa de estrés entre los estudiantes, destacando que constituye una proporción sustancial de niveles moderados a moderadamente alto de estrés académico. (6,7)

Se sabe que la carrera de odontología tiene un plan de estudios muy exigente acompañada de una experiencia de aprendizaje estresante, debido a la exposición clínica combinada con requisitos académicos, dentro de los principales factores que provocan estrés ha sido el temor a nuevas experiencias, la competencia con compañeros en la formación clínica, relaciones interpersonales, la toma de decisiones dentro de los tratamientos clínicos, habilidad en los procedimientos clínicos y el factor económico (8,9), se encontró también que el estrés en los estudiantes aumenta a un punto máximo durante el tercer año de estudios, lo cual se ve reflejado en el desempeño académico y su desarrollo como profesional. (10)

Así, en el contexto de estudio, normalmente el estrés en los estudiantes de odontología está asociado a diversos factores, pero al llegar la pandemia, la carrera que de por si conlleva un nivel elevado de estrés, debido a las clases teóricas y prácticas, provocaron aún más problemas; además a que existió este confinamiento y la suspensión de clases presenciales, incluyendo las prácticas preclínicas y clínicas siendo esta parte del desarrollo del perfil profesional al verse imposibilitado de hacerlo, conllevó a generar niveles elevados de estrés. En razón a la problemática expuesta, se evaluarán el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes de la escuela profesional de odontología de la Universidad Privada de Tacna en el periodo 2022.

1.2 Formulación del problema

¿Cuál es el nivel de estrés académico en los estudiantes de la escuela profesional de odontología de la Universidad Privada de Tacna en el periodo 2022?

1.3 Objetivo de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la escuela profesional de odontología de la Universidad Privada de Tacna en el periodo 2022

1.3.2 Objetivos específicos

Analizar las dimensiones del inventario SISCO SV en los estudiantes de la escuela profesional de odontología de la Universidad Privada de Tacna en el periodo 2022

Identificar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la escuela profesional de odontología de la Universidad Privada de Tacna según el género en el periodo 2022

Determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la escuela profesional de odontología de la Universidad Privada de Tacna según el ciclo académico en el periodo 2022

Demostrar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la escuela profesional de odontología de la Universidad Privada de Tacna según el grupo etario en el periodo 2022

1.4 Justificación

La investigación tiene importancia dentro del ámbito teórico, ya que permite la exploración del estrés académico a través del instrumento utilizado en este estudio. Para así poder aportar un dato científico y revitalizar el campo teórico, facilitando en última instancia una comprensión más profunda de la realidad presentada.

La justificación metodológica se basa en la oportunidad que habrá de establecer un procedimiento detallado para abordar estudios con problemas similares, mediante el uso de técnicas de investigación adecuadas al tema de análisis (como encuestas por cuestionarios validados, que puedan cuantificar el procesamiento de datos estadísticos) para saber cómo abordar el nivel de estrés académico en la práctica investigadora.

Así también, esta investigación se justifica en la práctica, porque permitirá tener un diagnóstico que evalúe los resultados obtenidos de los alumnos de la escuela profesional de odontología por ello, se podrá con esta investigación obtener la posibilidad de conocer la percepción de estos estudiantes sobre el estrés; así como el método y su funcionamiento en la salud individualizada.

En lo social esta investigación será importante porque existe la necesidad de indagar acerca de las posibles repercusiones en la salud tanto física y mental que pueden tener los estudiantes de la escuela profesional de odontología, a fin de generar intervenciones que protejan su salud y su bienestar emocional, todo ello para evitar que surjan problemas trascendentales que repercutan sobre la calidad de los cuidados, tanto en el ámbito académico como profesional.

CAPÍTULO II: REVISION DE LA LITERATURA

2.1 Antecedentes de la investigación

- Internacionales

Menon, D., Jawdekar, A., Gune, N., & Dalai, J. Estrés en estudiantes de pregrado en odontología: un estudio transversal. India. 2019

Se realizó un estudio transversal basado en un cuestionario entre 176 estudiantes de tercer, cuarto año e internado. El instrumento utilizado para registrar el estrés fue la versión modificada de la escala Graduate Dental Environmental Stress. Como resultados se percibió un nivel moderado de estrés en los alumnos de odontología, donde se observaron niveles más altos en el género femenino en comparación con el género contrario (11).

Restrepo JE, Sánchez OA, Castañeda Quirama T. Estrés académico en estudiantes universitarios. Colombia. 2020

Con el fin de medir el estrés académico en alumnos con estudios superiores con una muestra de 450 participantes de tres cátedras de Medellín, se empleó el instrumento SISCO. Los autores hallaron que la sobrecarga de trabajos académicos obtuvo un nivel alto en la escala de valoración, del mismo modo, las reacciones físicas con porcentajes más altos fueron la inquietud lo que se relacionó con la edad, en las reacciones

psicológicas la somnolencia obtuvo el índice más alto. Estos resultados concluyeron que la salud física y mental de los estudiantes en muchos casos pueden llevar al fracaso o a la deserción académica. (12)

Jaramillo-Macías IA. Estrés académico y bioestadística en estudiantes de Ciencias de la Salud. Ecuador. 2020

En su investigación descriptiva correlacional, a fin de estudiar la conexión entre la enseñanza y el estrés académico en estudiantes de Ciencias de la Salud. Con 367 participantes donde se empleó el cuestionario de tipo Likert. El autor halló, que existe relación lineal entre las variables expresando que la enseñanza en bioestadística produce mayor estrés académico en estudiantes, un factor de riesgo identificado fue la apatía lo que generó aptitudes negativas que no ayudan al estudiante, por ello, se concluyó que se presentó desmotivación, negativismo sobre la materia y los docentes de curso. (13)

Lin XJ, Zhang CY, Yang S, Hsu ML, Cheng H, Chen J. El estrés y su asociación con el rendimiento académico entre estudiantes universitarios de odontología en Fujian, China: una encuesta de transversal en línea. China. 2021

Estudio de diseño transversal se realizó durante el segundo semestre del año 2017-2018. Se encuestó a 396 estudiantes utilizando Cuestionario de Estrés Ambiental Dental (DES) y la Escala de Estrés Percibido (PSS) en línea, no hubo diferencias significativas en la evaluación de DES y PSS entre estudiantes según su ciclo académico y sexo. Se hallaron diferencias en las puntuaciones DES de "carga de trabajo" y "creencias de autoeficacia". (14)

Shehada, M. R., Alfakhry, G., Jamous, I., Aljoujou, A. A., & Abdul_hak, M. Principales fuentes de estrés entre los estudiantes de odontología de la Universidad de Damasco, Siria. 2023

Se aplicó un diseño transversal los estudiantes participaron voluntariamente en la encuesta participaron en el estudio 365 estudiantes en

etapa preclínica y clínica. Se utilizó como herramienta el cuestionario Dental Environmental Stress (DES), se obtuvieron resultados con niveles moderados de estrés entre los alumnos. Los factores de estrés fueron el entorno clínico, académico y educativo, así como la dificultad para encontrar casos clínicos y la falta de equipo dental, fueron más poderosos que los estresores académicos más fuertes, como los exámenes, las calificaciones y la cantidad de trabajo asignado. (15)

- Nacionales

Córdova DA, Santa María FB. Factores asociados al estrés en estudiantes de odontología de una Universidad Peruana. Perú. 2018

En este estudio se evaluaron a 140 estudiantes de cuarto al sexto ciclo de preclínica y de séptimo al noveno ciclo de clínica en odontología, utilizaron el instrumento “Dental Environment Stress Questionnaire”, presentando estrés el 75,7% de los alumnos, en donde las situaciones más comunes eran falta de tiempo, formación clínica, la carga de trabajo académico y confianza en uno mismo, se registró un nivel alto de estrés en género femenino, el estrés fue mayor en los alumnos de pre-clínica en comparación a los que llevan cursos de clínica en cuanto a la edad, el estrés fue mayor en los alumnos adultos jóvenes. (16)

Terán, E., & Mayta-Tovalino, F. Factores de riesgo, estrés auto percibido y formación clínica en estudiantes de odontología en el Perú. Perú. 2019

Es esta investigación de corte transversal sobre el estrés académico en donde están propuestos los alumnos de odontología y los distintos factores de riesgo donde afectan se rendimiento académico y la formación clínica y preclínica. Se evaluó a 222 estudiantes utilizando el cuestionario Dental Environment Stress (DES) mostrando un nivel de estrés mayor en estudiantes de clínica a comparación con los de preclínica. (17)

Vigo F, Llamo V, Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios, Chachapoyas. Perú. 2019

El objetivo fue evaluar los niveles de estrés académico de 92 estudiantes universitarios de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, sede Amazonas, mediante el instrumento SISCO. Se halló que el 44,56% de los encuestados tiene estrategias para lidiar con el estrés moderado, el 36,95% presenta síntomas de estrés moderado y el 35,66% presenta dimensiones estresantes moderadas. Conclusión: El estrés académico tiene un nivel moderado en cuanto a estrategias de afrontamiento y síntomas, y un nivel moderado en cuanto a estresores.(18)

Baquerizo NS, Miguel HR, Castañeda LF. Asociación entre presencia de estrés con el rendimiento académico en estudiantes de medicina de una universidad peruana en medio de la pandemia por COVID-19. Perú. 2022

Baquerizo et al. en el artículo propuso en su investigación analítico y prospectivo de corte transversal, con la finalidad de estudiar la asociación entre el estrés y el rendimiento académico en estudiantes, en una muestra de 241 participantes, evaluados por medio de encuesta. Los autores hallaron, que la muestra presentó un rendimiento académico medio (70.12%), en relación con el estrés de halló un 94.19%. Entonces, los hallazgos no evidenciaron asociación significativa entre las variables rendimiento académico y estrés ($p = 0,669$)(19).

2.2 Marco Teórico

Estrés

Según el austriaco Hans Selye a quien se lo considera el padre del estrés, lo define como un acontecimiento que prepara al individuo para enfrentar situaciones de alerta desafío o de demanda y que puede llevarlo presentar alteraciones en el sistema del organismo, alcanzado hasta la muerte. (20)

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define al estrés como “*la agrupación de respuestas fisiológicas preparándose para la acción ante un estímulo*”.

Según la RAE, el estrés se define: “*tensión estimulada ante situaciones abrumadoras originando trastornos psicológicos o reacciones psicosomáticas*”.

Morris y Maisto lo definen también como “*una situación tensa o amenazadora que exige a la persona a cambiar o adaptar su conducta*”. (21)

En palabras simples, se trata de un medio de alerta biológico que el cuerpo humano crea para la subsistencia ante cualquier cambio que se presente durante nuestra vida diaria, presentarse a un evento importante, hablar en público o como cambiar de trabajo, etc. Asimismo, estará en balance con el estado psíquico - físico de cada persona. (22)

Fases del estrés

El estrés se divide en tres fases: de alarma o huida, de resistencia y agotamiento. Las cuales se llevan a cabo cuando el organismo enfrenta una nueva situación y la persona utiliza mayor energía para atacar, resistir o emprender la huida.

- Fase de alarma o huida, en esta fase el estrés altera la homeostasis, aumentando el ritmo de todas las funciones corporales del sistema nervioso para darnos la fuerza física para protegernos contra un ataque. En

situaciones normales esta fase de alarma dura unos segundos en otros casos durará más.

- Fase de resistencia. Es esta fase el cuerpo estará luchando o huyendo de alguna manera, intentado resistir las consecuencias percibidas por el factor estresante. Esta resistencia puede ser necesaria durante unos momentos, días, meses e incluso años. Una vez superado el factor estresante el organismo puede volver a su estado normal y recuperarse de esa terrible experiencia.
- Fase de agotamiento. si este entorno estresante es crónico y excesivo sin ninguna opción de recuperarse o adaptarse, el organismo comenzara a presentar signos de falta de adaptación presentando síntomas biopsicosociales e incluso puede producir la muerte. (23)

Estrés académico

Bhujade J, nos explica que el estrés académico refiere a la angustia psicológica que surge de la anticipación de posibles fracasos académicos o la falta de conciencia sobre la posibilidad de dichos fracasos. Los estudiantes enfrentan numerosas demandas académicas, como tomar exámenes, participar en discusiones de clase y demostrar progreso en varias materias. (24)

Por su parte, Shin H. nos comenta que el estrés académico se describe como una intercomunicación dinámica que involucra estresores ambientales, evaluaciones de los alumnos y sus correspondientes respuestas. Depresión, ansiedad, problemas de conducta, irritabilidad, etc. son algunos de los muchos problemas reportados en estudiantes con alto estrés académico. (25)

Durante mucho tiempo, la gente asumió que la población estudiantil era la menos afectada por cualquier tipo de estrés o problema. El estrés se reconoce actualmente como una crisis de la vida moderna que afecta a las personas en todas

las etapas de su desarrollo, independientemente de la edad o la fase de la vida. Se consideraba antes que lo único que realizaran era estudiar y esto nunca se percibió como estresante. Lo que resultó ser estresante fueron las expectativas que los padres tenían para sus hijos, que a su vez se convirtieron en cargas más grandes que estos niños ya no podían soportar. (26)

Los desafíos de comprender las instrucciones del maestro, competir con otros estudiantes y cumplir con las expectativas académicas tanto de los maestros como de los padres pueden ejercer una presión significativa sobre los estudiantes. Estas demandas pueden superar potencialmente los recursos disponibles para ellos, lo que genera estrés. El estrés proviene del hecho de que estas demandas están directamente vinculadas a la búsqueda de metas académicas. (27)

Es crucial reconocer que tener bajos niveles de estrés no garantiza automáticamente un mejor rendimiento académico. De hecho, en tales circunstancias, los estudiantes pueden percibir las tareas como estimulantes y pueden aburrirse rápidamente. Si bien una cierta cantidad de estrés puede motivar a los estudiantes a lograr lo mejor, si no se maneja de manera efectiva debido a recursos de afrontamiento inadecuados, puede tener graves consecuencias tanto para los estudiantes como para la institución educativa. (28)

La respuesta de estrés provocada en los individuos es la misma, independientemente del desencadenante específico que la inicie. Ya sea que se trate de estrés derivado de problemas maritales, ansiedad ante los exámenes, presiones relacionadas con el trabajo o cualquier otra fuente, las reacciones fisiológicas del cuerpo son esencialmente idénticas. Esto se debe principalmente a la afectación del sistema medular de nuestro sistema nervioso, y del eje HHA que desencadena la conocida respuesta de huida. Estos cambios fisiológicos pueden incluir alteraciones en la frecuencia cardíaca, la frecuencia respiratoria y otras respuestas observables en nuestro cuerpo. (29,30)

Estrés en los estudiantes de odontología en Perú

El estrés en los estudiantes de la carrera de odontología es distinto a los experimentados en los campos de medicina, terapia, etc y también según el ciclo de estudios. La carrera de odontología tiene un plan de estudios muy exigente acompañada de una experiencia de aprendizaje estresante, debido a la exposición clínica temprana combinada con requisitos académicos, dentro de los principales factores que provocan estrés ha sido el temor a nuevas experiencias, la competencia con compañeros en la formación clínica, relaciones interpersonales, la toma de decisiones dentro de los tratamientos clínicos, habilidad en los procedimientos clínicos y el factor económico (31), se halló también que el estrés en los estudiantes aumenta a un punto máximo durante el cuarto año de estudios, lo cual se ve reflejado en el desempeño académico y su desarrollo como profesional (32).

Modelo Sistémico Cognoscitivista del estrés académico.

Este modelo es un marco teórico que combina la psicología cognitiva y el pensamiento sistémico para explicar el comportamiento y la cognición humanos. Este modelo enfatiza la interacción entre los procesos cognitivos individuales y el contexto sistémico más amplio en el que ocurren. Considera cómo los individuos perciben, interpretan y responden al mundo que los rodea, teniendo en cuenta tanto los procesos cognitivos internos como los factores ambientales externos.

Los estudiantes participan en diversos procesos cognitivos, como la atención, memoria, resolución de problemas, prácticas curriculares, participar en clase, personalidad de los docentes, métodos de evaluación y las relaciones interpersonales con los compañeros de clase (input) estas situaciones estresantes causan una serie de respuestas sintomatológicas como reacciones, cambios en el comportamiento, cambios físicos/fisiológicos.

Estos síntomas producen que el estudiante reacciones de una manera específica en donde quiere actuar para regresar a su equilibrio sistémico inicial

(output), pero para llegar a esto se necesita enfrentar este estrés utilizando las estrategias de afrontamiento controlando sus emociones para tranquilizarle y reducir el estrés. (33)

Estresores

Mann et al. define las fuentes de estrés como circunstancias o sucesos que ponen en peligro el funcionamiento cotidiano de las personas y requieren adaptación. Estos factores que inducen estrés se conocen comúnmente como "estresores". Los estresores pueden originarse en el entorno interno o externo y alterar el equilibrio, afectando el bienestar tanto físico como psicológico, lo que requiere esfuerzos para recuperar el equilibrio.

No obstante, existe variación en la intensidad y duración del estrés experimentado por los individuos; lo que puede considerarse estresante para una persona puede no tener el mismo efecto en otra. Los eventos catastróficos, los cambios importantes en la vida y las molestias diarias se consideran categorías principales de factores estresantes que crean demandas a las que las personas deben adaptarse. (34)

Según Chacón et al., la presión académica se da como una causa destacada de estrés entre numerosos estudiantes. Se han identificado varias fuentes de estrés relacionadas con lo académico incluido el miedo a atrasarse con los deberes del curso, la lucha por encontrar motivación para estudiar, las limitaciones de tiempo, las preocupaciones financieras, así como la sobre competencia académica de uno. Además, los estudiantes a menudo informan estrés derivado de los desafíos para cumplir con las expectativas académicas, problemas de administración del tiempo y preocupaciones sobre las calificaciones. (35)

Además, estas fuentes de estrés pueden persistir durante la experiencia académico de los estudiantes, lo que lleva a experiencias significativas de estrés durante su permanencia educativa. Para desarrollar de manera efectiva medidas de

prevención que ayuden a manejar y mitigar estos estresores, es crucial profundizar nuestra comprensión de la conexión entre las estrategias de afrontamiento, las redes de apoyo social, las experiencias de sus apoderados y el estrés presentado durante sus estudios. Si bien el estrés en los estudiantes puede provenir de factores tanto positivos como negativos, nuestro enfoque aquí será explorar las causas negativas del estrés en los estudiantes. (36)

Síntomas (reacciones)

Silva et al., sugiere que el estrés está conectado a síntomas que reflejan la activación del sistema nervioso simpático. Estos síntomas están alineados con la respuesta de huida del cuerpo y se puede clasificar en manifestaciones fisiológicas. Además, el estrés también está relacionado con síntomas psicológicos, reacciones físicas y cambios de comportamiento. Aunque puede haber cierta sobreposición en estas áreas, las personas pueden exhibir una sintomatología variable debido a variaciones en la sensibilidad de los órganos a la experiencia de estrés. (37)

En términos de reacciones psicológicas, se observan indicadores como angustia, nerviosismo, miedo, etc. Además, las reacciones físicas incluyen sensación de fatiga, tensión muscular en regiones como el cuello y hombros, dificultad para dormir, así como problemas de diarrea y estreñimiento. (28)

Por otro lado, los síntomas conductuales se reconocen de la siguiente manera:

- Aumento del consumo de alcohol, tabaco entre otros.
- Disminución del deseo de comer o comer en exceso.
- Dificultad para relacionarse con las personas.
- Problemas para asumir responsabilidades. (38)

Estrategias de afrontamiento

Jang H. comenta que las estrategias de afrontamiento son impulsos, tanto psicológicos como conductuales, empleados para domar, aguantar y reducir las situaciones estresantes. Estas estrategias se pueden clasificar como activas y evitativas. Las activas son una respuesta conductual o psicológicas diseñadas para cambiar la naturaleza del factor estresante en sí mismo o cómo se piensa al respecto. (26)

Mientras que las estrategias de afrontamiento evitativas llevan a las personas a actividades, como el consumo de alcohol o estados mentales, como la abstinencia, que les impiden abordar directamente los eventos estresantes. El afrontamiento activo se considera una mejor manera de lidiar con el estrés, mientras que el afrontamiento evitativo se considera un factor de riesgo psicológico para las respuestas adversas a los eventos estresantes de la vida. (30)

Así, las estrategias de afrontamiento activas incluyen el actuar o esforzarse para eliminar o eludir el factor estresante; planificación, pensar en cómo enfrentar el factor estresante y planificar los propios esfuerzos de afrontamiento; aceptación, aceptar el hecho de que el evento estresante ha ocurrido y es real; y reencuadre positivo, sacar lo mejor de la situación creciendo a partir de ella o viéndola bajo una luz más positiva. (39)

Por ello, las estrategias de evitación incluyen la negación, definida como un intento de rechazar la realidad del evento estresante; desvinculación conductual, renunciar o retirar los esfuerzos del intento de alcanzar la meta con la que interfiere el factor estresante; ventilación, una mayor conciencia de la propia angustia emocional y una tendencia concomitante a ventilar o descargar esos sentimientos; y humor, haciendo bromas sobre el factor estresante. (40)

CAPÍTULO III:

HIPÓTESIS, VARIABLES Y OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

3.1 Hipótesis

Esta investigación se consideró nivel descriptivo por lo consecuente no se requirió de hipótesis.

3.2 Operacionalización de variables

Variable	Dimensión	Categorías		Valor por dimensión	Valor final	Escala
Estrés académico	Estresores	<ul style="list-style-type: none"> - Competitividad con o entre mis compañeros de clases - La sobrecarga de tareas y trabajos académicos - La personalidad y el carácter de mis profesores/as - La forma de evaluación - Nivel de exigencia - Tipo de trabajo que me piden mis profesores/as 	<ul style="list-style-type: none"> - Clases muy teóricas. - Mi participación en clase. - Tener tiempo limitado para hacer el trabajo. - Realización de exámenes - Exposición de un tema. - Que mis profesores/as están mal preparados/as - Asistir o conectarme a clases aburridas - No entender los temas 	<p>Leve (0-25)</p> <p>Moderado (26-51)</p> <p>Alto (52-75)</p>	<p>Leve (0 – 78)</p> <p>Moderado (79-157)</p> <p>Alto (158-235)</p>	Ordinal
	Síntomas	<ul style="list-style-type: none"> - Trastornos del sueño - Fatiga crónica - Dolores de cabeza o migrañas - Problemas de digestión - Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc. - Somnolencia - Inquietud - Sentimientos de depresión y tristeza 	<ul style="list-style-type: none"> - Ansiedad (nerviosismo), angustia o desesperación. - Dificultades para concentrarse - Sentimientos de agresividad - Conflictos o tendencia a polemiza - Aislamiento de los demás - Desgano para realizar las labores académicas. - Aumento o reducción del consumo de alimentos 	<p>Leve (0-25)</p> <p>Moderado (26-51)</p> <p>Alto (52-75)</p>		Ordinal
	Estrategias De Afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> - Habilidad asertiva - Escuchar música - Concentrarse en resolver la situación que me preocupa - Elogiar mi forma de actuar - La religiosidad - Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa - Solicitar el apoyo de mi familia - Contar lo que me pasa a otros. - Establecer soluciones concretas 	<ul style="list-style-type: none"> - Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante - Mantener el control sobre mis emociones - Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucionaré - Hacer ejercicio físico - Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas - Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa - Navegar en internet - Jugar videojuegos 	<p>Leve (0-28)</p> <p>Moderado (29-57)</p> <p>Alto (58-85)</p>		Ordinal
Ciclo académico		<ul style="list-style-type: none"> - II - IV - VI - VIII - X 		-	-	Ordinal
Genero		<ul style="list-style-type: none"> - Masculino - Femenino 		-	-	
Grupo etario		<ul style="list-style-type: none"> - 18 a 22 - 23 a más 		-	-	De razón

CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 Diseño de investigación

Esta investigación fue no experimental y descriptivo, en este estudio no se manipularon las variables; sino que, únicamente, se observaron los hechos para luego ser analizados. (41) Es decir, la variable de estrés académico solo fue analizada y observada en el contexto; sin la intervención de la investigadora.

4.1.1 Tipo de investigación

En el caso de estudio se consideró:

- Observacional: No existió manipulación de las variables por parte del investigador
- Transversal, debido a que el estudio se trabajó en un solo tiempo
- Prospectivo, ya que la información fue analizada a medida que avanzaba la investigación
- Descriptivo, ya que solo nos centramos en medir la variable de nivel de estrés académico.

4.2 Ámbito de estudio

El ámbito para desarrollar y obtener la información para el siguiente estudio fue la escuela profesional de odontología de la Universidad Privada de Tacna.

4.3 Población y muestra

Esta investigación estuvo concordada por 139 estudiantes de la Escuela profesional de Odontología en la Universidad Privada de Tacna durante el año 2022, debido a que se utilizó un muestreo por conveniencia. Siendo considerado la población en mismo número que la muestra de estudio.

4.3.1 Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados en el semestre 2022-II.
- Estudiantes que acepten firmar el consentimiento informado.
- Estudiantes que pertenezcan a la Escuela Profesional de Odontología.

4.3.2 Criterios de exclusión

- Estudiantes que no hayan llevado cursos durante el semestre 2022-II.
- Estudiantes que pertenezcan facultades distintas a la Facultad de Salud.
- Estudiantes que no acepten firmar el consentimiento informado

4.4 Técnica y ficha de recolección de datos

4.4.1 Técnica

Uno de los métodos utilizados en el proyecto de investigación fue la aplicación de encuesta diseñada por la plataforma de Google Forms. Estas

encuestas se emplearon para cuantificar las respuestas proporcionadas por los participantes, con el objetivo de conocer sus percepciones sobre el tema.

La aplicación de los cuestionarios se llevó a cabo previa coordinación con los docentes de la Facultad de la Escuela de Odontología solicitando permiso para poder ingresar a la clase virtual por medio de la plataforma Google Meet y enviarles el link del cuestionario, en un tiempo que no perjudique las actividades académicas de los estudiantes.

4.4.2 Instrumentos

Así, se desprende que el instrumento fue el cuestionario, que se aplicó para realizar una evaluación sobre el tema de investigación, mediante el uso de este cuestionario se pudo recolectar la información que fue procesada con el programa estadísticos SPSS 26 en su versión castellano para demostrar que los datos obtenidos fueron confiables.

Por lo tanto, la herramienta de evaluación utilizada para calcular el nivel de estrés académico implicará la implementación del Inventario Sistemático Cognitivo (SISCO) específicamente ambientado al entorno peruano por la pandemia por Alania et al. Este inventario consta de 47 ítems (42).

- Estresores con 15 ítems
- Síntomas con 15 ítems
- Estrategias de afrontamiento con 17 ítems

Las opciones de respuesta son en escala de Likert con seis alternativas que van de nunca a siempre. El puntaje por ítem es de 0 a 5 puntos:

- 0: Nunca
- 1: Casi nunca
- 2: Rara vez

- 3: Algunas veces
- 4: Casi siempre
- 5: Siempre.

Para la calificación se realiza la sumatoria de los puntajes, de 0 a 235 para todo el instrumento, 0 a 75 para las dimensiones estresores y síntomas del estrés, y 0 a 85 para la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés.

Nivel	Estresores	Síntomas	Estrategias de afrontamiento	Estrés académico
Leve	0 – 25	0 – 25	0 – 28	0 – 78
Moderado	26 – 51	26 – 51	29 – 57	79 – 157
Severo	52 – 75	52 – 75	58 – 85	158 – 235

Fuente: Adaptación Alania et. al. SISCO

Además, este instrumento según el estudio realizado por Alania et al. (2020) fue validado por la confiabilidad de alfa de Cronbach según cada dimensión del instrumento. Así, como se observa en la Tabla 1.

Tabla 1
Confiabilidad de las dimensiones de SISCO SV

Dimensiones	Numero de Ítems	Coficiente alfa de Cronbach
Estresores	15	0.9248
Síntomas	15	0.9518
Estrategias de afrontamiento	17	0.8837

Fuente: Alania et al. (2020).

4.4.3 Validación de instrumento

El cuestionario utilizado paso por una prueba piloto para evaluar la efectividad e identificar cualquier problema antes de utilizarlo en el estudio. Se seleccionaron a 30 participantes como muestra y para precisar la validez se determinó por juicio de expertos constituidos por psicólogos y odontólogos, quienes evaluaron la claridad, coherencia, suficiencia y relevancia de cada pregunta. El resultado de confiabilidad tuvo un valor de 0.90 utilizando el coeficiente de Alfa de Cronbach (Ver anexo I).

CAPÍTULO V: PROCEDIMIENTO DE ANÁLISIS

5.1 Procedimiento de recojo de datos

El proyecto de investigación comenzó con un enfoque riguroso, que abarcó un extenso proceso de análisis. Esto implicó un examen exhaustivo de libros, revistas y artículos académicos, lo que requirió búsquedas bibliográficas exhaustivas en varios portales indexados para establecer una base teórica sólida para el estudio. Posteriormente, se identificaron y operacionalizaron variables relevantes a través de comparaciones académicas, enfocándose específicamente en el estrés académico.

Una vez recolectados los datos a través de cuestionarios, se empleó un programa estadístico para el procesamiento de datos. Esto facilitó la generación de tablas y figuras estadísticas descriptivas, que sirvieron para validar los hallazgos de la investigación.

En última instancia, la investigación llegó a su conclusión al revisar y analizar cuidadosamente las encuestas administradas a través de plataformas virtuales o en persona. La combinación de la revisión de la literatura, el análisis estadístico y las respuestas de la encuesta proporcionó una comprensión integral del tema de investigación, cumpliendo así los objetivos descritos en el estudio.

RESULTADOS

Tabla 2

Cuadro descriptivo de variable género de los estudiantes de la escuela profesional de odontología en el periodo 2022

Genero	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	88	63,3%
Masculino	51	36,7%
Total	139	100,0%

Fuente: Cuestionario

En la tabla se puede observar que el 63,3% de los estudiantes evaluados correspondió al género femenino, mientras que el 36,7% al masculino.

Tabla 3

Cuadro descriptivo de variable grupo etario de los estudiantes de la escuela profesional de odontología en el periodo 2022

Grupo Etario	Frecuencia	Porcentaje
18 a 22	73	52,5%
23 a más	66	47,5%
Total	139	100,0%

Fuente: Cuestionario

En la tabla se puede observar que el 52,5% de los estudiantes evaluados correspondió a la edad entre 18 a 22 años, mientras que el 47,5% al grupo de 23 a más años.

Tabla 4

Cuadro descriptivo de la variable ciclo académico de los estudiantes de la escuela profesional de odontología en el periodo 2022.

Ciclo académico	Frecuencia	Porcentaje
II ciclo	40	28,8%
IV ciclo	23	16,5%
VI ciclo	22	15,8%
VIII ciclo	35	25,2%
X ciclo	19	13,7%
Total	139	100,0%

Fuente: Cuestionario

Se aprecia que el 28,8% de los estudiantes examinados correspondió al II ciclo, el 25,2% al VIII ciclo, el 16,5% al IV ciclo, el 15,8% al VI ciclo y finalmente el 13,7% al X ciclo.

Tabla 5

Frecuencia de nerviosismo en estudiantes de la escuela profesional de odontología en el periodo 2022.

	Frecuencia	Porcentaje
No	5	3,6%
Si	134	96,4%
Total	139	100,0%

Fuente: Cuestionario

Se puede observar que 96,4% de los estudiantes considera haber sentido nerviosismo durante el ciclo académico, mientras que el 3,6% manifiesta no haberlo sentido.

Tabla 6

Nivel de estrés académico en todos los estudiantes de la escuela profesional de odontología de la Universidad Privada de Tacna en el periodo 2022.

	Frecuencia	Porcentaje
Leve	6	4,3%
Moderado	112	80,6%
Severo	21	15,1%
Total	139	100,0%

Fuente: Cuestionario

Se puede observar que el 80,6% de los estudiantes evaluados tuvo un nivel de estrés académico moderado, el 15,1% en el nivel severo y el 4,3% en nivel leve.

Tabla 7

Resultados del Inventario SISCO por dimensión en los estudiantes de la escuela profesional de odontología en el periodo 2022.

Dimensiones del Inventario SISCO	Leve		Moderado		Severo		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Estresores	6	4.3%	105	75.5%	28	20.1%	139	100.0%
Síntomas	19	13.7%	89	64.0%	31	22.3%	139	100.0%
Estrategias de afrontamiento	8	5.8%	108	77.7%	23	16.5%	139	100.0%

Se observa que en todas las dimensiones del inventario es predominante el nivel moderado siendo un 75,5% en la dimensión estresores, 64,0% en la dimensión síntomas y 77,7% en la dimensión estrategias de afrontamiento

Tabla 8
Porcentaje de respuestas de la primera dimensión en los estudiantes de la escuela profesional de odontología en el periodo 2022.

ESTRESORES	N	CN	RV	AV	CS	S
Competitividad con o entre mis compañeros de clases	20 14,4%	18 12,9%	40 28,8%	41 29,5%	17 12,2%	3 2,2%
La sobrecarga de tareas y trabajos académicos	1 0,7%	4 2,9%	14 10,1%	32 23,0%	62 44,6%	26 18,7%
La personalidad y el carácter de mis profesores/as que me imparten clases	5 3,6%	12 8,6%	38 27,3%	61 43,9%	19 13,7%	4 2,9%
La forma de evaluación de los profesores de las tareas, proyectos, lecturas, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.	2 1,4%	8 5,8%	20 14,4%	57 41,0%	40 28,8%	12 8,6%
Nivel de exigencia	5 3,6%	3 2,2%	20 14,4%	47 33,8%	46 33,1%	18 12,9%
Tipo de trabajo que me piden mis profesores/as	5 3,6%	11 7,9%	22 15,8%	60 43,2%	31 22,3%	10 7,2%
Clases muy teóricas.	8 5,8%	7 5,0%	29 20,9%	61 43,9%	26 18,7%	8 5,8%
Mi participación en clase.	8 5,8%	14 10,1%	30 21,6%	53 38,1%	27 19,4%	7 5,0%
Tener tiempo limitado para hacer el trabajo	2 1,4%	5 3,6%	16 11,5%	51 36,7%	42 30,2%	23 16,5%
Realización de exámenes	3 2,2%	4 2,9%	10 7,2%	59 42,4%	38 27,3%	25 18,0%
Exposición de un tema.	6 4,3%	12 8,6%	16 11,5%	54 38,8%	36 25,9%	15 10,8%
La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores	6 4,3%	13 9,4%	31 22,3%	60 43,2%	26 18,7%	3 2,2%
Que mis profesores/as están mal preparados/a	27 19,4%	39 28,1%	33 23,7%	24 17,3%	15 10,8%	1 0,7%
Asistir o conectarme a clases aburridas	12 8,6%	14 10,1%	40 28,8%	46 33,1%	19 13,7%	8 5,8%
No entender los temas	10 7,2%	16 11,5%	28 20,1%	58 41,7%	19 13,7%	8 5,8%
Promedio	5,75%	8,64%	18,56%	36,64%	22,21%	8,21%

Se puede observar que los estudiantes respondieron con superior frecuencia la sobrecarga de tareas (44.6%), la personalidad y carácter del profesor/a (43.9%), que los profesores sean teóricos (43.9%) y el trabajo que piden los profesores (43.2%).

Tabla 9

Porcentajes de respuestas en la segunda dimensión síntomas en los estudiantes de la escuela profesional de odontología en el periodo 2022.

SINTOMAS	N	CN	RV	AV	CS	S
Trastornos del sueño	17 12,2%	10 7,2%	25 18,0%	46 33,1%	34 24,5%	7 5,0%
Fatiga crónica	13 9,4%	7 5,0%	20 14,4%	46 33,1%	45 32,4%	8 5,8%
Dolores de cabeza o migrañas	12 8,6%	15 10,8%	36 25,9%	43 30,9%	25 18,0%	8 5,8%
Problemas de digestión	13 9,4%	23 16,5%	38 27,3%	46 33,1%	15 10,8%	4 2,9%
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	15 10,8%	17 12,2%	29 20,9%	31 22,3%	25 18,0%	22 15,8%
Somnolencia	7 5,0%	5 3,6%	20 14,4%	49 35,3%	40 28,8%	18 12,9%
Inquietud	12 8,6%	10 7,2%	20 14,4%	46 33,1%	31 22,3%	20 14,4%
Sentimientos de depresión y tristeza	15 10,8%	11 7,9%	17 12,2%	44 31,7%	32 23,0%	20 14,4%
Ansiedad (nerviosismo), angustia o desesperación.	6 4,3%	11 7,9%	17 12,2%	39 28,1%	43 30,9%	23 16,5%
Dificultades para concentrarse	5 3,6%	6 4,3%	19 13,7%	56 40,3%	39 28,1%	14 10,1%
Sentimientos de agresividad	19 13,7%	19 13,7%	34 24,5%	32 23,0%	26 18,7%	9 6,5%
Conflictos o tendencia a polemiza	23 16,5%	28 20,1%	33 23,7%	39 28,1%	12 8,6%	4 2,9%
Aislamiento de los demás	13 9,4%	21 15,1%	30 21,6%	49 35,3%	20 14,4%	6 4,3%
Desgano para realizar las labores académicas	9 6,5%	13 9,4%	24 17,3%	57 41,0%	25 18,0%	11 7,9%
Aumento o reducción del consumo de alimentos	14 10,1%	12 8,6%	22 15,8%	52 37,4%	28 20,1%	11 7,9%
Promedio	9,26%	9,97%	18,42%	32,39%	21,11%	8,87%

Se puede observar que los estudiantes presentan síntomas como la somnolencia (35.3%), dificultades para concentrarse (40.3%), aislamiento de los demás (35.3%), desgano (41.0%) y aumento/reducción del consumo de comidas (37.4%).

Tabla 10
Porcentaje de respuestas en la tercera dimensión en los estudiantes de la escuela profesional de odontología en el periodo 2022.

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	N	CN	RV	AV	CS	S
Habilidad asertiva	6 4,3%	7 5,0%	25 18,0%	55 39,6%	28 20,1%	18 12,9%
Escuchar música	4 2,9%	4 2,9%	12 8,6%	43 30,9%	52 37,4%	24 17,3%
Concentrarse en resolver la situación que me preocupa	2 1,4%	4 2,9%	16 11,5%	56 40,3%	54 38,8%	7 5,0%
Elogiar mi forma de actuar	7 5,0%	13 9,4%	25 18,0%	51 36,7%	33 23,7%	10 7,2%
La religiosidad	25 18,0%	16 11,5%	21 15,1%	48 34,5%	19 13,7%	10 7,2%
Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa	8 5,8%	11 7,9%	27 19,4%	50 36,0%	33 23,7%	10 7,2%
Solicitar el apoyo de mi familia	11 7,9%	19 13,7%	35 25,2%	42 30,2%	24 17,3%	8 5,8%
Contar lo que me pasa a otros.	10 7,2%	17 12,2%	31 22,3%	55 39,6%	19 13,7%	7 5,0%
Establecer soluciones concretas	7 5,0%	6 4,3%	27 19,4%	55 39,6%	36 25,9%	8 5,8%
Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante	6 4,3%	7 5,0%	27 19,4%	55 39,6%	31 22,3%	13 9,4%
Mantener el control sobre mis emociones	4 2,9%	7 5,0%	24 17,3%	52 37,4%	38 27,3%	14 10,1%
Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucionaré	6 4,3%	9 6,5%	26 18,7%	54 38,8%	33 23,7%	11 7,9%
Hacer ejercicio físico	7 5,0%	29 20,9%	35 25,2%	48 34,5%	9 6,5%	11 7,9%
Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas	8 5,8%	13 9,4%	37 26,6%	51 36,7%	25 18,0%	5 3,6%
Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa	7 5,0%	4 2,9%	27 19,4%	70 50,4%	23 16,5%	8 5,8%
Navegar en internet	3 2,2%	2 1,4%	10 7,2%	55 39,6%	50 36,0%	19 13,7%
Jugar videojuegos	42 30,2%	23 16,5%	23 16,5%	20 14,4%	15 10,8%	16 11,5%
Promedio	6,89%	8,08%	18,11%	36,40%	22,08%	8,43%

Se puede observar que los estudiantes respondieron como estrategias más frecuentes: resolver la situación que los preocupa (40.3%), contar lo que les pasa a otros (39.6%), establecer soluciones para resolver las situaciones preocupantes (39.6%), recordar situaciones similares ocurridas y pensar cómo solucionarlas (38.8%) y fijarse en obtener lo positivo de la situación que los preocupa (50.4%).

Tabla 11

Comparación del nivel de estrés académico en los estudiantes de la escuela profesional de odontología según el género en el periodo 2022.

	Leve	Moderado	Severo	Total	P valor*
Femenino	4 4,5%	66 75,0%	18 20,5%	88 100,0%	0,056
Masculino	2 3,9%	46 90,2%	3 5,9%	51 100,0%	

Fuente: Cuestionario

Se puede observar que en el género femenino el 4,5% presentó estrés académico leve, el 75,0% nivel moderado y el 20,5% nivel severo; en el caso del género masculino el 3,9% presentó estrés académico leve, el 90,2% nivel moderado y el 5,9% nivel severo. Además, con un P valor > 0,05 (0,056) se asume que no existe diferencias entre estos grupos.

Tabla 12

Comparación del nivel de estrés académico en los estudiantes de la escuela profesional de odontología según su ciclo académico en el periodo 2022.

	Leve	Moderado	Severo	Total	P valor*
II ciclo	3 7,5%	32 80,0%	5 12,5%	40 100,0%	0,372
IV ciclo	6 26%	8 34,7%	9 39,3%	23 100,0%	
VI ciclo	1 4,5%	19 86,4%	2 9,1%	22 100,0%	
VIII ciclo	9 25,7%	18 51,5%	8 22,8%	35 100,0%	
X ciclo	1 5,3%	16 84,2%	2 10,5%	19 100,0%	

Fuente: Cuestionario

Se puede observar que en el II ciclo el 7,5% presentó estrés académico leve, el 80,0% nivel moderado y el 12,5% nivel severo; en el caso del IV ciclo el 26% presentó estrés académico leve, el 34.7% nivel moderado y el 39.3% nivel severo; en el caso del VI ciclo el 4,5% presentó estrés académico leve, el 86,4% nivel moderado y el 9,1% nivel severo; en el caso del VIII ciclo el 25.7% presentó estrés académico leve, el 51.5% nivel moderado y el 22.8% nivel severo y en el caso del X ciclo el 5,3% presentó estrés académico leve, el 84,2% nivel moderado y el 10,5% nivel severo. Además, con un P valor > 0,05 (0,372) se asume que no existe diferencias entre estos grupos.

Tabla 13

Comparación del nivel de estrés académico en los estudiantes de la escuela profesional de odontología según el grupo etario en el periodo 2022.

	Leve	Moderado	Severo	Total	P valor*
18 a 22	3 4,1%	60 82,2%	10 13,7%	73 100,0%	0,715
23 a más	3 4,5%	52 78,8%	11 16,7%	66 100,0%	

Fuente: Cuestionario

Se observa que en el grupo entre 18 a 22 años el 4,1% presentó estrés académico leve, el 82,2% nivel moderado y el 13,7% nivel severo; en el caso del grupo de 23 a más años el 4,5% presentó estrés académico leve, el 78,8% nivel moderado y el 16,7% nivel severo. Además, con un P valor > 0,05 (0,715) se asume que no existe diferencias entre estos grupos.

DISCUSIÓN

Entre los resultados descriptivos, se concluyó el estrés académico correspondió a un nivel moderado (80,6%) entre los estudiantes. Así, se coincidió con el estudio de Silva et al. en donde presentaron niveles moderados de estrés (87.8%) (4). Además, el estudio de Clemente Z halló el 91.6% de estudiantes un nivel moderado del mismo, determinando que el estrés académico y ansiedad fueron constantes (43).

En parte Shin H. afirma que la interacción entre los factores ambientales estresantes, las percepciones de los estudiantes sobre esos factores estresantes y sus relaciones posteriores se debe al estrés académico. Los estudiantes que experimentan un alto nivel de estrés académico a menudo informan varios problemas como depresión, ansiedad, problemas de comportamiento e irritabilidad. (25) Estos resultados son similares a los de Macías et al. (23) quien encontró que existía un estrés moderado entre los estudiantes de odontología durante las clases antes de la pandemia. En cambio, Araoz et al. (44) encontró una alta proporción (47.7%) de estudiantes con altos niveles de estrés, Asenjo et al. (45), confirmó lo mismo y descubrió que una alta proporción de estudiantes, tanto hombre como mujeres, experimentaban altos niveles de estrés; resaltando que este estudio se realizó durante la pandemia, por lo que las percepciones de estrés pueden variar dependiendo de factores adicionales como la adaptación a nuevas modalidades. En este estudio, el nivel de estrés de los estudiantes de odontología se caracterizó como moderado. Esto difiere de estudios anteriores, posiblemente porque la muestra se tomó en un momento en que los estudiantes pudieron adaptarse al entorno virtual y

mejoraron su uso de estrategias de afrontamiento para lidiar con los factores estresantes.

El primer objetivo de nuestro estudio es describir cada dimensión del instrumento, en la primera dimensión estresores se determinó un nivel moderado (75.5%) siendo los marcados con mayor porcentaje “la sobrecarga de tareas” (44.6%), “la personalidad y carácter del profesor/a” (43.9%), “el tipo de trabajo que piden los profesores” (43.2%) y que “los profesores sean teóricos” (43.9%).

Resultados similares se encontraron por Garcés & Chasi et al. (46) presentando niveles moderados en “la sobrecarga de tareas” (35.3%), “personalidad y carácter del profesor” (39.6%). Vilva et al. (47) en su estudio se presentaron niveles altos en los estresores de “sobrecarga de trabajo”, el “tipo de trabajo que demandan los docentes” y que los “docentes sean muy teóricos”. Los estresores se ven intensificados ya que los estudiantes al momento de realizar el estudio se encontraban en un proceso de adaptación donde pasaban de la virtualidad a la semi-presencialidad por lo que de realizar trabajos de la carrera en maquetas desde casa ahora realizarán sus actividades en pacientes para desarrollar su práctica clínica, padeciendo más estrés al estar rodeados a un nuevo ambiente en donde tiene un contacto directo no solo con los pacientes si no con sus docentes (48). Teque-Julcarima et al. considera que cuanto mayor es el ciclo de formación académica de un estudiante, más tareas y trabajo se requerirán porque el contenido es acumulativo y los estudiantes necesitan llegar con conocimientos previos sólidos además de la práctica clínica para lograr un desempeño óptimo; la sobrecarga académica puede deberse a la procrastinación, ya que es una práctica muy común entre los estudiantes y además el tipo de trabajos requerido con tiempo de presentación limitado puede provocar fatiga o agotamiento. (49). Respecto a la personalidad del docente como factor de estrés, propusieron que el rendimiento académico es el resultado del proceso de aprendizaje, a través del cual los docentes junto con los estudiantes pueden determinar la cantidad y calidad del proceso de aprendizaje. Por lo tanto, el maestro, orientador o tutor del estudiante debe desempeñar un papel intermediario

en el aprendizaje del estudiante, y este papel será difícil de cumplir si la personalidad del docente genera situaciones más estresantes que de confianza para los estudiantes. (50).

En la segunda dimensión de síntomas más frecuentes se determinó un nivel moderado (64%) siendo los más marcados la somnolencia (35.3%), dificultades para concentrarse (40.3%), aislamiento de los demás (35.3%), desgano (41.0%) y aumento/reducción del consumo de comidas (37.4%). Resultado similar en encontró en el estudio de Araos et al. (51) donde se encontró un nivel moderado en la dimensión síntomas en los estudiantes (44.2%). Se coincidió con la investigación de Parra et al. (52) donde los síntomas más frecuentes frente el estrés son desgano para realizar labores académicas, aumento o reducción del consumo de alimentos; Asenjo et al.(45) señaló que en el proceso de transición de la educación virtual a la presencial, los estudiantes de ciencias de la salud que habían continuado sus actividades profesionales en clase presenciales a pesar del aprendizaje a distancia ahora se vieron obligados a regresar a casa y trabajar durante su horas académica y explicó que no podía regresar a su casa. Sobrecarga. Eligen comer fuera, principalmente comida rápida, lo que puede afectar sus hábitos alimentarios.

En la tercera dimensión de estrategias de afrontamiento se determinó un nivel moderado (77.7%) siendo las más elegidas: “Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que me preocupa” (50.4%), “contar lo que me pasa a otros” (39.6%), frecuentes “concentrarse en resolver la situación que me preocupa” (40.3%) y establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa” (39.6%), dando a conocer que los estudiantes manejan buenas estrategias de afrontamiento ante los estresores en el ambiente académico.

Según Conti et al. (53), las estrategias de afrontamiento empleadas con mayor frecuencia por los estudiantes implican: intentar activamente abordar los problemas que me preocupan, desarrollar un plan de acción y completar de manera efectiva las tareas relacionadas con esas preocupaciones. Por otro lado, las acciones más

infrecuentes fueron la religiosidad y elogios a sí mismo. Parra et al.(52), en su trabajo de investigación nos dice que las estrategias más marcadas fueron, búsqueda de información sobre alguna situación estresante (58,1 %), elaboración de un plan y ejecución de ideas (55,9 %), habilidad asertiva (51,7%), ventilación y confidencias (44,1%).

Así, las estrategias de afrontamiento activas incluyeron en el actuar o esforzarse para eliminar o eludir el factor estresante; planificación, pensar en cómo enfrentar el factor estresante y planificar los propios esfuerzos de afrontamiento; aceptación, aceptar el hecho de que el evento estresante ha ocurrido y es real; sacar lo mejor de la situación creciendo a partir de ella o viéndola bajo una luz más positiva (39). Las estrategias de evitación incluyen la negación, definida como un intento de rechazar la realidad del evento estresante; desvinculación conductual, renunciar o retirar los esfuerzos del intento de alcanzar la meta con la que interfiere el factor estresante; ventilación, una mayor conciencia de la propia angustia emocional y una tendencia concomitante a ventilar o descargar esos sentimientos; y humor, haciendo bromas sobre el factor estresante (40).

De acuerdo con el segundo objetivo específico en la comparación de nivel de estrés académico según el género en los estudiantes se observó un nivel de estrés moderado en el género masculino a comparación del femenino; sin embargo, no se hallaron diferencias significativas ($p>0,05$).

En la investigación de Esam et al. evidenciaron una diferencia en los resultados donde el género femenino presentaba un nivel de estrés moderado donde recurrieron a la religión, buscando apoyo emocional y relajándose con otras cosas. Esto indica que las mujeres reaccionan más emocionalmente cuando se enfrentan a una situación estresante (54). Tuncay et al. (55) nos explica en su estudio que los varones suelen estresarse más ante factores específicos relacionados con la formación clínica, sin embargo, existen otros estudios donde nos indican que no existen diferencias en el género ya que el estrés percibido es similar en todos los

estudiantes sin importar el género, Mac. Kenzie et al. comenta que los estereotipos posicionan a los hombres como solucionadores de problemas en lugar de oyentes y oradores. El estudio concluye que los hombres pueden buscar apoyo emocional tanto de hombres como de mujeres, especialmente de sus parejas. Mantener una fachada de no hablar o abrirse sobre cuestiones y sentimientos personales es problemático para los hombres y puede actuar como una barrera. También puede llevar a que algunos hombres se aíslen socialmente, con pocas oportunidades de apoyo social durante acontecimientos difíciles de la vida.(56)

El tercer objetivo de nuestro estudio en la comparación de nivel de estrés académico según el ciclo académico en los estudiantes se encontró un nivel de estrés moderado en todos los ciclos; sin embargo, no se hallaron diferencias significativas ($p > 0,37$).

En nuestro estudio se encontró un leve aumento de estrés académico moderado en II (80%), VI (86.4%) y X ciclo (84.2%); se conoce que conforme pasan los años el estrés académico aumenta en los estudiantes, donde los estudiantes de ciclos menores presentan menos estrés a comparación de los ciclos mayores; sin embargo, Estrada et al. (44) señala que los estudiantes de segundo año tienen niveles altos ya que están ante un proceso de transición de la escuela a universidad aumentando los desafíos tanto académicamente como familiar ya que algunos estudiantes dependen de becas o alcanzar metas generando mayor estrés; Loset et al. (57) en su investigación comenta que los estudiantes de tercer año presentan un aprendizaje agobiante a consecuencia de la preocupación por falta de habilidades clínicas en comparación con años superiores, esto debido a que la mayor parte de sus estudios fueron virtuales, en nuestra investigación los estudiantes de sexto ciclo tienen un mayor nivel de estrés debido a que ese ciclo es donde empiezan a llevar sus primeros cursos de clínica además de los cursos teóricos siendo estos dos los mayores estresores; en nuestra investigación los estudiantes de decimo ciclo exponen un nivel moderado de estrés debido a distintos

factores como nos dicen los autores Estrada et al.(44) y Cestari et al. (58) el desarrollo de trabajos de investigación para la obtención de su título, la transición a la práctica profesional luego de graduarse debido a que sienten una presión al planificar sus futuras carreras universitarias, el deseo de cumplir altas expectativas intensifican los niveles de estrés.

El cuarto objetivo de nuestra investigación compara de nivel de estrés académico según el grupo etario en los estudiantes en donde se encontró un nivel de estrés académico moderado en ambos grupos; no se hallaron diferencias significativas ($p>0.71$).

Araoz et al. observó en su estudio que los estudiantes con 25 años o más experimentaron menos estrés que sus compañeros de clase más jóvenes, esto debido a que entran a una etapa en la vida donde tienen mayores responsabilidades y entran en una etapa de familiarización a un nuevo entorno académico más exigente (51). Se hallaron resultados similares en estudios de Collazo et al. y Cordova et al explicando que los estudiantes adultos habrían desarrollado de manera formal o informal algunas estrategias para hacer frente al estrés académico, es importante resaltar que los jóvenes transitan por un conjunto de procesos por cambios hormonales y bioquímicos que disminuyen a medida que van creciendo y podrían estar interviniendo en este hecho (59,60). La variable de grupo etario se tuvo que dividir por conveniencia para que los resultados no se vean modificados.

CONCLUSIONES

1. Los estudiantes de la escuela profesional de odontología de la Universidad Privada de Tacna muestran un nivel moderado de estrés académico siendo un 80,6%.
2. En las dimensiones evaluadas se determinó un nivel moderado en todas las dimensiones del instrumento, en la primera de estresores (75,5%) los marcados con mayor frecuencia fueron: “la sobrecarga de tareas”, “la personalidad y carácter del profesor/a”, “el tipo de trabajo que piden los profesores” y que “los profesores sean teóricos”, síntomas más frecuentes (64%) siendo los más marcados la “somnolencia”, “dificultades para concentrarse”, “aislamiento de los demás”, “desgano” y “aumento/reducción del consumo de alimentos” y estrategias de afrontamiento (77,7%) siendo los más frecuentes “concentrarse en resolver la situación que me preocupa” , “contar lo que me pasa a otros”, “establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa” y “evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante”.
3. Los hallazgos indican que entre los estudiantes el género masculino se identificó un nivel moderado de estrés académico presentando un 90,2% en comparación del género femenino donde presentó un 75%, no se halló una relación significativa en ambas variables.
4. Los hallazgos encontrados en el grupo etario en los estudiantes de 18 a 22 años presento un 82,2% y de 23 años a más presentó un 78.8%, no se encontró una relación significativa en ambas variables.
5. Fue predominante el nivel moderado de estrés académico en todos los ciclos académicos, en donde no se halló una relación significativa entre ambas variables.

SUGERENCIAS

- Se sugiere a la Facultad de Ciencias de Salud sabiendo que la Unidad de Tutoría y Consejería cumple un papel importante en el estudiante universitario, apoye más a desarrollar campañas de difusión respecto de las causas y las consecuencias de los síntomas de estrés, así como propiciar la participación de los estudiantes en talleres psicológicos y charlas motivacionales para lidiar con los probables estresores que afectan la salud física y mental de los universitarios.
- Se sugiere a la Unidad de Tutoría y Consejería seguir capacitando a los Docentes Tutores – consejeros en actividades informativas con profesionales capacitados con el tema de estrés académico con la finalidad de identificar las posibles fuentes de problemas físicos o emocionales, y aplicar mecanismos adecuados para disminuir los niveles de estrés.
- Se sugiere que en investigaciones a futuro se puedan utilizar otras variables a relacionar con el estrés académico con el fin de profundizar el estudio, así como aumentar la muestra para que los resultados sean más fiables y realizar.
- Para finalizar se sugiere, realizar una encuesta de seguimiento utilizando el mismo instrumento o similar con el fin de comparar resultados y poder analizar el impacto de la transición de estudios de una modalidad virtual a presencial, así como el rendimiento académico de los estudiantes.

BIBLIOGRAFÍA

1. Académico E, El :, Silencioso E, Estudiante D, Toribio-Ferrer C, Franco-Bárceñas S. Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Revista Salud y Administración* [Internet]. 2016 [citado el 21 de mayo de 2023];3(7):11–8. Disponible en: <https://revista.unsis.edu.mx/index.php/saludyadmon/article/view/49>
2. Suárez-Montes N, Díaz-Subieta LB. Estrés académico, deserción y estrategias de retención de estudiantes en la educación superior. *Revista de Salud Pública* [Internet]. el 1 de marzo de 2015 [citado el 21 de mayo de 2023];17(2):300–13. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642015000200013&lng=en&nrm=iso&tlng=es
3. Martínez LM. Riesgos psicosociales y estrés laboral en tiempos de COVID-19: instrumentos para su evaluación. *Revista de Comunicación y Salud* [Internet]. el 14 de noviembre de 2020 [citado el 21 de mayo de 2023];10(2):301–21. Disponible en: <https://www.revistadecomunicacionysalud.es/index.php/rcys/article/view/212>
4. Silva-Ramos MF, López-Cocotle JJ, Meza-Zamora MEC. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia de la Universidad Autónoma de Aguascalientes* [Internet]. el 31 de enero de 2020 [citado el 21 de mayo de 2023];(79):75–83. Disponible en: <https://revistas.uaa.mx/index.php/investycien/article/view/2960>
5. Chiang Vega MM, Riquelme Neira GR, Rivas Escobar PA. Relación entre satisfacción laboral, estrés laboral y sus resultados en trabajadores de una institución de beneficencia de la Provincia de Concepción. *Cienc Trab* [Internet]. diciembre de 2018 [citado el 21 de mayo de 2023];20(63):178–86. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-24492018000300178
6. Montiel-Cortés M, Pérez-Arrieta MM, Sánchez-Monrroy V. Estrés en estudiantes universitarios del área de Ciencias Sociales en la Ciudad de México. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales* [Internet]. el 17 de junio de 2020 [citado el 21 de mayo de 2023];11(1):19–33. Disponible en: <https://revistapcc.uat.edu.mx/index.php/RPC/article/view/372>
7. Safhi M, Alafif R, Alamoudi N, Alamoudi M, Alghamdi W, Albishri S, et al. The association of stress with sleep quality among medical students at King Abdulaziz University. *J Family Med Prim Care* [Internet]. 2020 [citado el 21 de mayo de 2023];9(3):1662. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32509668/>
8. Jain A, Bansal R. Stress among Medical and Dental Students: A Global Issue. *IOSR Journal of Dental and Medical Sciences (JDMS)* [Internet]. [citado el 16 de mayo de 2023];1(5):5–07. Disponible en: www.iosrjournals.org
9. Córdova Sotomayor DA, Santa María Carlos FB. Factores asociados al estrés en estudiantes de odontología de una universidad peruana. *Revista Estomatológica Herediana*. el 20 de diciembre de 2018;28(4):252.
10. Perceived stress among dental students at the University of the Western Cape [Internet]. [citado el 16 de mayo de 2023]. Disponible en: http://www.scielo.org.za/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0011-85162015000600007&lng=en&nrm=iso&tlng=en

11. Menon D, Jawdekar A, Gune N, Dalai J. Stress in dental undergraduate students: A cross-sectional study. *Journal of Indian Dental Association*. el 24 de enero de 2019;26–30.
12. Restrepo JE, Sánchez OA, Quirama TC. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios* [Internet]. el 26 de mayo de 2020 [citado el 16 de mayo de 2023];14(24):17–37. Disponible en: <https://revistas.iue.edu.co/index.php/Psicoespacios/article/view/1331>
13. Jaramillo-Macías IA. Estrés académico y bioestadística en estudiantes de ciencias de la salud. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud Salud y Vida*. el 20 de enero de 2020;4(7):129.
14. Lin XJ, Zhang CY, Yang S, Hsu ML, Cheng H, Chen J, et al. Stress and its association with academic performance among dental undergraduate students in Fujian, China: A cross-sectional online questionnaire survey. *BMC Med Educ*. el 3 de junio de 2020;20(1).
15. Shehada MR, Alfakhry G, Jamous I, Aljoujou AA, Abdul_hak M. Major Stress Sources Amongst Dental Students at Damascus University, Syria. *Int Dent J*. el 1 de abril de 2023;73(2):205–11.
16. Córdova Sotomayor DA, Santa Maria Carlos FB. Factores asociados al estrés en estudiantes de odontología de una universidad peruana. *Revista Estomatológica Herediana*. el 20 de diciembre de 2018;28(4):252.
17. Terán E, Mayta-Tovalino F. Risk factors, self-perceived stress, and clinical training among dentistry students in Peru: A cross-sectional study. *Journal of Contemporary Dental Practice*. el 1 de mayo de 2019;20(5):561–2.
18. Fiorella Y, Llanos V, Mariano J, Milla C. Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios, Chachapoyas, Perú, 2019. *Revista Científica UNTRM: Ciencias Sociales y Humanidades* [Internet]. el 22 de diciembre de 2020 [citado el 12 de septiembre de 2023];3(2):61–5. Disponible en: <https://revistas.untrm.edu.pe/index.php/CSH/article/view/584>
19. Baquerizo-Quispe NS, Miguel-Ponce HR, Castañeda-Marinovich LF, Romero-Mejía AJ, Aquino-Canchari CR. Asociación entre presencia de estrés, depresión y/o ideación suicida con el rendimiento académico en estudiantes de medicina de una Universidad peruana en medio de la pandemia por COVID-19. *Rev Med Rosario* [Internet]. el 31 de marzo de 2022 [citado el 29 de junio de 2023];88(1):7–15. Disponible en: <https://www.revistamedicaderosario.org/index.php/rm/article/view/166>
20. Pérez GC. DESESTIGMATIZANDO LA FUNCION DEL ESTRÉS. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala* [Internet]. el 19 de junio de 2018 [citado el 21 de mayo de 2023];21(2). Disponible en: <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/view/65292>
21. Maisto AA, Morris charles G. PSICOLOGÍA 10ED. 2014 [citado el 21 de mayo de 2023];1–624. Disponible en: www.pearsonenespañol.com/morris
22. Torrades S. Estrés y burn out. Definición y prevención. *Offarm* [Internet]. el 1 de noviembre de 2007 [citado el 21 de mayo de 2023];26(10):104–7. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-estres-burn-out-definicion-prevencion-13112896>
23. Bienertova-Vasku J, Lenart P, Scheringer M. Eustress and Distress: Neither Good Nor Bad, but Rather the Same? *BioEssays* [Internet]. el 1 de julio de 2020 [citado el 21 de mayo de 2023];42(7):1900238. Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/bies.201900238>

24. Narayan R Mutalik, Shankar Moni, S B Choudhari, Govind S Bhogale. Depression, Anxiety, Stress among College Students in Bagalkot: A College Based Study. *International Journal of Indian Psychology*. el 25 de septiembre de 2016;3(4).
25. Shin SH. The Effect of Academic Stress and the Moderating Effects of Academic Resilience on Nursing Students' Depression. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*. el 28 de febrero de 2016;22(1):14–24.
26. Jang HJ, Professor A. Effects of Personality Type, Academic Stress and Stress Coping Methods on College Life Adjustment among Nursing Students. *Journal of the Korean Applied Science and Technology* [Internet]. 2020 [citado el 21 de mayo de 2023];37(4):969–85. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.12925/jkocs.2020.37.4.969>
27. Tibus ED, Krizzia S, Ledesma G. Factors of academic stress: Do they impact English academic performance? *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)*. 2021;10(4):1446–54.
28. Patil A, Agarwal J, Jadhav S, Talwar G. ACADEMIC STRESS AND MENTAL HEALTH AMONG HIGH SCHOOL STUDENTS. *IJAR - Indian Journal of Applied Research* [Internet]. 2017 [citado el 21 de mayo de 2023];Volume 7 Issue 5(12):324–8. Disponible en: [https://www.worldwidejournals.com/indian-journal-of-applied-research-\(IJAR\)/article/academic-stress-and-mental-health-among-high-school-students/MTE5NzI=](https://www.worldwidejournals.com/indian-journal-of-applied-research-(IJAR)/article/academic-stress-and-mental-health-among-high-school-students/MTE5NzI=)
29. Clabaugh A, Duque JF, Fields LJ. Academic Stress and Emotional Well-Being in United States College Students Following Onset of the COVID-19 Pandemic. *Front Psychol*. el 17 de marzo de 2021;12.
30. Mann JB, Bryant KR, Johnstone B, Ivey PA, Sayers SP. Effect of Physical and Academic Stress on Illness and Injury in Division 1 College Football Players. *J Strength Cond Res* [Internet]. el 1 de enero de 2016 [citado el 21 de mayo de 2023];30(1):20–5. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26049791/>
31. Jain A, Bansal R. Stress among Medical and Dental Students: A Global Issue. *IOSR Journal of Dental and Medical Sciences (JDMS)* [Internet]. [citado el 5 de agosto de 2023];1(5):5–07. Disponible en: www.iosrjournals.org
32. Córdova Sotomayor DA, Santa Maria Carlos FB. Factores asociados al estrés en estudiantes de odontología de una universidad peruana. *Revista Estomatológica Herediana*. el 20 de diciembre de 2018;28(4):252.
33. (15) (PDF) Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico [Internet]. [citado el 29 de mayo de 2023]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/228457746_Un_modelo_conceptual_para_el_estudio_del_estres_academico
34. Yan YW, Lin RM, Su YK, Liu MY. The relationship between adolescent academic stress and sleep quality: A multiple mediation model. *Soc Behav Pers*. 2018;46(1):63–77.
35. Chacón-Cuberos R, Zurita-Ortega F, Olmedo-Moreno EM, Castro-Sánchez M. Relationship between Academic Stress, Physical Activity and Diet in University Students of Education. *Behavioral Sciences* [Internet]. el 5 de junio de 2019 [citado el 21 de mayo de 2023];9(6):59. Disponible en: [/pmc/articles/PMC6616388/](https://pmc/articles/PMC6616388/)
36. Barker ET, Howard AL, Villemaire-Krajden R, Galambos NL. The Rise and Fall of Depressive Symptoms and Academic Stress in Two Samples of University Students. *J Youth Adolesc* [Internet]. el 1 de junio de 2018 [citado el 21 de mayo de 2023];47(6):1252–66. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29470761/>

37. Silva Ramos MF, López Cocotle JJ, Columba Meza Zamora ME. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia: de la Universidad Autónoma de Aguascalientes*, ISSN-e 1665-4412, N° 79, 2020, págs 75-83 [Internet]. 2020 [citado el 21 de mayo de 2023];(79):75–83. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7689029&info=resumen&idioma=ENG>
38. Santos Morocho JL, Jaramillo Oyervide JA, Morocho Malla MI, Senín Calderón MC, Rodríguez Testal JF. Estudio Trasversal: Evaluación del Estrés Académico en Estudiantes de Medicina y su Asociación con la Depresión. *Revista Médica Hospital del José Carrasco Arteaga*. el 30 de noviembre de 2017;9(3):255–60.
39. Joseph N, Nallapati A, Machado MX, Nair V, Matele S, Muthusamy N, et al. Assessment of academic stress and its coping mechanisms among medical undergraduate students in a large Midwestern university. *Current Psychology* [Internet]. el 1 de junio de 2021 [citado el 21 de mayo de 2023];40(6):2599–609. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-020-00963-2>
40. Gustems-Carnicer J, Calderón C, Calderón-Garrido D. Stress, coping strategies and academic achievement in teacher education students. <https://doi.org/10.1080/0261976820191576629> [Internet]. el 27 de mayo de 2019 [citado el 21 de mayo de 2023];42(3):375–90. Disponible en: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02619768.2019.1576629>
41. Hernández Sampieri R, Mendoza Torres CP. Metodología de la investigación: las rutas: cuantitativa ,cualitativa y mixta. 2018 [citado el 21 de mayo de 2023]; Disponible en: <http://repositorio.uasb.edu.bo/handle/54000/1292>
42. Darío R, Contreras A, Ana R, Morales L, Rafaele De La Cruz M, Dayan DI, et al. Adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *RSocialium* [Internet]. el 5 de julio de 2020 [citado el 21 de mayo de 2023];4(2):111–30. Disponible en: <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/view/669/876>
43. Clemente Arias ZA. Estrés Académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería. Exploraciones, intercambios y relaciones entre el diseño y la tecnología [Internet]. 2021 [citado el 29 de mayo de 2023];57–79. Disponible en: <https://repositorioinstitucional.buap.mx/handle/20.500.12371/11807>
44. Estrada Araoz EG, Roque MM, Ramos NAG, Uchasara HJM, En Educación D, Zuloaga Araoz MC, et al. Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *AVFT – Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica* [Internet]. 2021 [citado el 31 de mayo de 2023];40(1). Disponible en: http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/22351
45. Asenjo-Alarcón JA, Linares-Vásquez O, Díaz-Dávila YY. Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Investigación en Salud* [Internet]. el 7 de abril de 2021 [citado el 30 de mayo de 2023];5(2):59–66. Disponible en: <https://revistas.unheval.edu.pe/index.php/repis/article/view/867/937>
46. Vista de Estrés académico en Estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud y del Ser Humano de la Universidad Estatal de Bolívar [Internet]. [citado el 30 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://revistas.uteq.edu.ec/index.php/csye/article/view/372/430>
47. Vilca OML, Espinoza NB, Ugarte VEA, Ramos JRG. Estrés académico en estudiantes universitarios frente a la educación virtual asociada al covid-19. *Puriq* [Internet]. el 10 de enero de 2022 [citado el 30 de mayo de 2023];4:e200–e200.

- Disponibile en:
<https://www.revistas.unah.edu.pe/index.php/puriq/article/view/200/360>
48. Fukuhara M, Fernández L. Los desafíos del retorno a la educación presencial en odontología en el contexto de la pandemia por el covid 19. *Revista Estomatológica Herediana*. el 17 de junio de 2022;32(2):197–200.
 49. Teque- Julcarima MS, Gálvez Díaz N del C, Salazar Mechán DM. Estrés académico en estudiantes de enfermería de universidad peruana. *Medicina naturista*, ISSN 1576-3080, Vol 14, N° 2, 2020, págs 43-48 [Internet]. 2020 [citado el 30 de mayo de 2023];14(2):43–8. Disponible en:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7512760&info=resumen&idioma=ENG>
 50. Evaristo-Chiyong T, Chein-Villacampa S, Teresa Evaristo-Chiyong CM. Estrés y desempeño académico en estudiantes de Odontología. *Odontología Sanmarquina* [Internet]. el 15 de junio de 2015 [citado el 12 de septiembre de 2023];18(1):23–7. Disponible en:
<https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/odont/article/view/11336>
 51. Estrada Araoz EG, Roque MM, Ramos NAG, Uchasara HJM, En Educación D, Zuloaga Araoz MC, et al. Academic stress in Peruvian university students in COVID-19 pandemic times. 2021 [citado el 29 de mayo de 2023]; Disponible en:
<http://doi.org/10.5281/zenodo.4675923>
 52. Relación entre estrés estudiantil y reprobación [Internet]. [citado el 30 de mayo de 2023]. Disponible en:
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-55522018000100047
 53. Conti JV, Muntaner-Mas A, Sampol PP. Diferencias de estrés y afrontamiento del mismo según el género y cómo afecta al rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Contextos Educativos Revista de Educación* [Internet]. el 28 de junio de 2018 [citado el 30 de mayo de 2023];22(22):181–95. Disponible en:
<https://publicaciones.unirioja.es/ojs/index.php/contextos/article/view/3369>
 54. Halboub E, Alhajj MN, AlKhairat AM, Sahaqi AAM, Quadri MFA. Perceived Stress among Undergraduate Dental Students in Relation to Gender, Clinical Training and Academic Performance. *Acta Stomatol Croat* [Internet]. el 1 de marzo de 2018 [citado el 29 de mayo de 2023];52(1):37. Disponible en:
</pmc/articles/PMC6050751/>
 55. Nazime Tuncay A, Ruhsan Müdüroğlu A, Ayşe Bulut A. Educational Stress, Social Stress and Gender Differences among University Students. *Online Submission*. mayo de 2020;10(2):37–46.
 56. McKenzie SK, Collings S, Jenkin G, River J. Masculinity, Social Connectedness, and Mental Health: Men’s Diverse Patterns of Practice. *Am J Mens Health* [Internet]. el 1 de septiembre de 2018 [citado el 13 de septiembre de 2023];12(5):1247–61. Disponible en: <https://doi.org/10.1177/1557988318772732>
 57. Løset IH, Lægreid T, Rodakowska E. Dental Students’ Experiences during the COVID-19 Pandemic-A Cross-Sectional Study from Norway. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. el 1 de marzo de 2022 [citado el 31 de mayo de 2023];19(5). Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35270794/>
 58. Cestari V, Pessoa V, Moreira T. Artigo Original Estresse em estudantes de enfermagem: estudo sobre vulnerabilidades sociodemográficas e acadêmicas Stress in nursing students: study on sociodemographic and academic vulnerabilities [Internet]. 2017 [citado el 31 de mayo de 2023]. Disponible en:
https://www.researchgate.net/publication/318250557_Artigo_Original_Estresse_e

m_estudiantes_de_enfermagem_estudo_sobre_vulnerabilidades_sociodemograficas_e_academicas_Stress_in_nursing_students_study_on_sociodemographic_and_academic_vulnerabilities

59. Collazo CAR, Rodríguez FO, Rodríguez YH. El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. Revista Iberoamericana de Educación [Internet]. el 25 de julio de 2008 [citado el 29 de mayo de 2023];46(7):1–8. Disponible en: [//rieoei.org/RIE/article/view/1911](http://rieoei.org/RIE/article/view/1911)
60. De Estomatología F, Beltrán R, Peruana U, Heredia C, Lima P, De M, et al. Factores asociados al estrés en estudiantes de odontología de una universidad peruana. Revista Estomatológica Herediana [Internet]. el 20 de diciembre de 2018 [citado el 29 de mayo de 2023];28(4):252–252. Disponible en: <https://revistas.upch.edu.pe/index.php/REH/article/view/3429>

ANEXOS

Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS				
<p>Problema General: ¿Cuál es el nivel de estrés académico en los estudiantes de la escuela profesional de odontología de la Universidad Privada de Tacna en el periodo 2022?</p>	<p>Objetivo general: Determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la escuela profesional de odontología de la Universidad Privada de Tacna en el periodo 2022</p> <p>Objetivos específicos: Analizar las dimensiones del inventario SISCO SV en los estudiantes de la escuela profesional de odontología de la Universidad Privada de Tacna en el periodo 2022</p> <p>Identificar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la escuela profesional de odontología de la Universidad Privada de Tacna según el género en el periodo 2022</p> <p>Determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la escuela profesional de odontología de la Universidad Privada de Tacna según el ciclo académico en el periodo 2022</p> <p>Demostrar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la escuela profesional de odontología de la Universidad Privada de Tacna según el grupo etario en el periodo 2022</p>	VARIABLE ESTRÉS ACADÉMICO			
		Dimensiones	Ítems	Escala de medición	Niveles y rangos
		Estresores	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15	Ordinal	Leve Moderado Alto
		Síntomas (reacciones)	16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30		
Estrategias de afrontamiento	31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47				

DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN Y MUESTRA	ESTADÍSTICA
<p>Tipo de investigación: Descriptiva</p> <p>Nivel de investigación: Transversal</p> <p>Diseño de investigación: No experimental.</p>	<p>Población: Estuvo compuesta por 139 estudiantes de la escuela profesional de odontología en la Universidad Privada de Tacna durante el periodo 2022.</p> <p>Muestra: Estuvo compuesta por 139 estudiantes de la escuela profesional de odontología en la Universidad Privada de Tacna durante el periodo 2022.</p> <p>Muestreo: No probabilístico.</p>	<p>DESCRIPTIVA: Se utilizaron las tablas de frecuencias y las figuras, a fin de interpretar las tendencias de las respuestas de la muestra de estudio según los cuestionarios aplicados en la investigación.</p> <p>INFERENCIAL: Se empleó la regresión logística ordinal según los resultados obtenidos en el SPSS.</p>

Ficha Técnica

Nombre	Inventario SISCO de Estrés Académico
Autor	Arturo Barraza Macías
Administración	Individual y colectiva
Duración	Sin tiempo límite, entre 10 a 15 minutos aprox.
Objetivos	Se trata de una escala independiente que evalúa las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales
Tipo de respuesta	Los ítems son respondidos a través de escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre)
Descripción	La escala consta de 15 ítems. Esta conformada por 3 sub escalas las cuales miden tres grandes dimensiones: reacciones físicas, psicológicas y comportamentales.

Instrumentos

Estimados estudiantes, soy bachiller en odontología de la Universidad Privada de Tacna y me encuentro desarrollando mi proyecto de tesis con el objetivo de determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Odontología durante el periodo 2022.

Para esto se solicita de su participación que se será de manera voluntaria. Además, la información obtenida dentro de este estudio será totalmente confidencial.

Para preguntas sobre este estudio se pueden comunicar con mi correo: lp2014048591@virtual.upt.pe

Gracias por su participación.

Consentimiento informado

¿Desea participar en la siguiente encuesta?

- Si
- No

Durante el transcurso del ciclo académico ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo (estrés)?

- Si
- No

En caso de seleccionar la alternativa “**no**”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “**si**”, proceda a pasar con las siguientes preguntas.

Datos sociodemográficos

1. Indique su género

- Femenino
- Masculino

2. Indique su edad:

3. ¿En qué ciclo académico te encuentras?

- II ciclo
- IV ciclo

- VI ciclo
- VIII ciclo
- X ciclo

Estrés académico

Dimensión estresores

Instrucciones: Responde marcando la casilla, ¿Con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

1. Estresores - ¿Con qué frecuencia te estresas?

Nº	Preguntas	Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	Competitividad con o entre mis compañeros de clases						
2	La sobrecarga de tareas y trabajos académicos						
5	La personalidad y el carácter de mis profesores/as que me imparten clases						
4	La forma de evaluación de los profesores de las tareas, proyectos, lecturas, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.						
5	Nivel de exigencia						
6	Tipo de trabajo que me piden mis profesores/as						
7	Clases muy teóricas.						
8	Mi participación en clase.						
9	Tener tiempo limitado para hacer el trabajo						
10	Realización de exámenes						
11	Exposición de un tema.						
12	La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores						
13	Que mis profesores/as están mal preparados/a						

14	Asistir o conectarme a clases aburridas						
15	No entender los temas						

Dimensión síntomas (reacciones)

Instrucciones: Responde marcando la casilla, ¿con que frecuencia tienes cada una de estas reacciones cuando estás estresado? Tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

2. Síntomas - ¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado?

Nº	Preguntas	Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	Trastornos del sueño						
2	Fatiga crónica						
3	Dolores de cabeza o migrañas						
4	Problemas de digestión						
5	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.						
6	Somnolencia						
7	Inquietud						
8	Sentimientos de depresión y tristeza						
9	Ansiedad (nerviosismo), angustia o desesperación.						
10	Dificultades para concentrarse						
11	Sentimientos de agresividad						
12	Conflictos o tendencia a polemiza						
13	Aislamiento de los demás						
14	Desgano para realizar las labores académicas						
15	Aumento o reducción del consumo de alimentos						

Dimensión estrategias de afrontamiento

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde marcando la casilla, ¿con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

3. Estrategias de afrontamiento - Con frecuencia para enfrentar tu estrés te orientas a....

Nº	Preguntas	Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	Habilidad asertiva						
2	Escuchar música						
3	Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
4	Elogiar mi forma de actuar						
5	La religiosidad						
6	Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa						
7	Solicitar el apoyo de mi familia						
8	Contar lo que me pasa a otros.						
9	Establecer soluciones concretas						
10	Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante						
11	Mantener el control sobre mis emociones						
12	Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucionaré						
13	Hacer ejercicio físico						
14	Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						
15	Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa						
16	Navegar en internet						
17	Jugar videojuegos						

Proceso de Validación de Instrumentos

Confiabilidad del instrumento por estudio piloto

Dimensiones	Numero de Ítems	Coefficiente alfa de Cronbach
Estresores	15	0.877
Síntomas	15	0.931
Estrategias de afrontamiento	17	0.849
Estrés académico	47	0.906