

UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



**Estrés Académico y Consumo de Alcohol en estudiantes
Universitarios de la carrera de Psicología de Lima Norte**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR

Ariany Camila Carrasco Chirinos

ASESOR

Lic. Roger Joaquin Angulo Salas

Lima, Perú

2024

ESTRÉS ACADÉMICO Y CONSUMO DE ALCOHOL EN
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CARRERA DE
PSICOLOGÍA DE LIMA NORTE

DEDICATORIA

A Dios por siempre estar conmigo y guiarme.

A mis padres y hermanos por siempre estar a mi lado y ser mi mayor motivación y apoyo.

AGRADECIMIENTO

A Dios por siempre guiar mi camino.

A mi familia por motivarme a seguir adelante
y apoyarme incondicionalmente.

A mis amistades cercanas por brindarme su apoyo.

RESUMEN

Objetivo: determinar la relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de Lima Norte. **Materiales y métodos:** estudio no experimental de tipo correlacional de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 230 estudiantes mayores de 18 años. En el análisis estadístico se utilizó STATA15. A nivel descriptivo se utilizaron frecuencias y porcentajes. A nivel inferencial, para hallar la relación entre variables principales se empleó Chi-cuadrado. Para evaluar el estrés académico se utilizó el Inventario de estrés académico y para el consumo de alcohol se utilizó el Test de identificación de los trastornos debidos al consumo de alcohol (AUDIT). **Resultados:** no existe relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol ($p=0.219$), el 43.91% presentó un nivel promedio de estrés académico y el 88.26% presentó un consumo de alcohol sin riesgo. Asimismo, se encontró relación entre el consumo de alcohol en reuniones sociales y el consumo de alcohol ($p=0.000$). También se halló relación entre estrés académico con sexo ($p=0.006$) y ciclo académico ($p=0.005$). **Conclusiones:** El estrés académico no se relaciona con el consumo de alcohol, debido a que los estudiantes universitarios no presentan un consumo de alcohol que perjudique su desempeño académico y/o su salud. Asimismo, se debe tener en cuenta el ciclo académico en que se encuentre el estudiante.

Palabras claves: Estrés académico, consumo de alcohol, universitarios, estudiantes (Fuente: DeCS).

ABSTRACT

Objective: to determine the relationship between academic stress and alcohol consumption in university students of the Psychology career of North Lima. **Materials and methods:** non-experimental cross-sectional correlational study. The sample consisted of 230 students over 18 years of age. STATA15 was used in the statistical analysis. At a descriptive level, frequencies and percentages were used. At the inferential level, Chi-square was used to find the relationship between main variables. The Academic Stress Inventory was used to assess academic stress and the Alcohol Consumption Identification Test (AUDIT) was used for alcohol consumption. **Results:** there is no relationship between academic stress and alcohol consumption ($p = 0.219$), 43.91% presented a level of academic stress and 88.26% presented a safe alcohol consumption. Likewise, a relationship was found between alcohol consumption in social gatherings and alcohol consumption ($p = 0.000$). A relationship was also found between academic stress and gender ($p = 0.006$) and academic cycle ($p = 0.005$). **Conclusions:** Academic stress is not related to alcohol consumption, because university students do not have alcohol consumption that harms their academic performance and / or their health. Likewise, the academic cycle the student is in must be taken into account.

Keywords: Academic stress, alcohol consumption, university students, students (Source: DeCS).

ÍNDICE

Resumen	v
Índice	vii
Introducción	viii
Capítulo I El problema de investigación	9
1.1. Situación problemática	9
1.2. Formulación del problema	10
1.3. Justificación de la investigación	10
1.4. Objetivos de la investigación	11
1.4.1. Objetivo general	11
1.4.2. Objetivos específicos	11
1.5. Hipótesis	11
Capítulo II Marco teórico	13
2.1. Antecedentes de la investigación	13
2.2. Bases teóricas	16
Capítulo III Materiales y métodos	23
3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación	23
3.2. Población y muestra	23
3.2.1. Tamaño de la muestra	23
3.2.2. Selección del muestreo	23
3.2.3. Criterios de inclusión y exclusión	23
3.3. Variables	24
3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables	24
3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos	26
3.5. Plan de análisis e interpretación de la información	26
3.6. Ventajas y limitaciones	26
3.7. Aspectos éticos	27
Capítulo IV Resultados	28
Capítulo V Discusión	39
5.1. Discusión	39
5.2. Conclusión	40
5.3. Recomendaciones	41
Referencias bibliográficas	42
Anexos	

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el estrés es un problema de salud mental que está presente todos los ámbitos, especialmente en estudiantes universitarios que cada día va creciendo por las diferentes actividades que tienen que realizar y por el nivel de exigencia que establecen los estándares de calidad profesional (Caldero, Pulido y Martínez, 2007). Así mismo, si la población universitaria presenta largos períodos de constante estrés académico podría desencadenarse trastornos depresivos, trastornos de ansiedad y un alza en el consumo de alcohol utilizado como un método de escape (Cutipa, 2018).

En base a esta realidad, la investigación se realiza con el objetivo de determinar la asociación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes Universitarios de la carrera de Psicología de Lima Norte. En relación al estrés académico, tenemos como principal autor a Barraza (2006), quien lo argumenta como un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, donde los cambios que viven los jóvenes al enfrentar las demandas que exige la Universidad, es una situación o experiencia de vida que los pone en riesgo de experimentar estrés. Por otro lado, el consumo de alcohol es considerado como un mecanismo inadecuado de afrontamiento de los estados emocionales ya sean generados por situaciones que causen estrés, o por una búsqueda de bienestar (Armendáriz, y Villar, Alonso, Alonso y Oliva, 2012).

En el presente trabajo, el primer capítulo hace referencia al planteamiento y formulación del problema, asimismo también se presenta la descripción de los objetivos, la justificación de la investigación y las hipótesis. En el segundo capítulo se plantea el marco teórico que contiene los conceptos relevantes que ayudan a entender la problemática del estudio. Asimismo, también se presentan una revisión de investigaciones vinculadas al tema de la diversa literatura nacional e internacional, relacionadas con la variable. En el tercer capítulo se explica la metodología de esta investigación, es decir, el tipo y diseño de investigación, los instrumentos aplicados, las variables de estudio y la población evaluada. Por último, se encuentra la lista de referencias bibliográficas y los instrumentos utilizados en la población participantes.

CAPÍTULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Situación problemática

El estrés académico y el consumo de alcohol son dos factores que impacta en el desempeño y rendimiento académico de los jóvenes en sus estudios, asimismo, ambas variables afectan la salud del estudiante (Pablo et al., 2002; Macías, 2006; Barraza y Silerio, 2007; Berrío y Mazo, 2011 como se citó en Gutiérrez y Sarmiento, 2019). Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 1948) define a la salud como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. Las condiciones de salud mental de los estudiantes cuando se incorporan a la universidad pueden verse alterada en medida en que las exigencias académicas, las dificultades que presenten en el proceso del aprendizaje y la adquisición de destrezas susciten a situaciones de fracaso o éxito. Junto a esto, el ritmo de estudio, la exigencia de los docentes, las presiones de grupo, la competencia entre compañeros, los cambios en los horarios de alimentación y los cambios en el ciclo sueño, pueden afectar la salud en general (Gutiérrez et al., 2010). Diversas investigaciones han vinculado al estrés como factor detonante para el consumo de alcohol, ya que el estudiante al estar expuesto al estrés es una experiencia psicológicamente angustiante y de no contar con los recursos o estrategias emocionales para afrontarlo, puede desencadenar el consumo y abuso del alcohol (Hinojosa et al., 2017).

Barraza (como se citó en Márquez et al., 2019) refiere que el estrés académico se ha definido como un proceso sistémico, de carácter adaptativo esencialmente psicológico. Así mismo, en una población de estudiantes universitarios bajo constante estrés académico en el transcurso de los ciclos universitarios pueden desencadenar en ellos trastornos depresivos, trastornos de ansiedad y un aumento en el consumo de alcohol que puede ser utilizado como un método de escape (Cutipa, 2018), esto se puede manifestarse y afectar diferentes situaciones como lo son: la realización de un examen, exposiciones, competitividad entre compañeros, trabajos grupales, etc. (Polo et al., 1996 como se citó en Rosales, 2016). Diversos autores han identificado que los principales factores generadores de estrés en el medio universitario a la vez se ven reflejados en conflictos familiares y en la misma sociedad (Hinojosa et al., 2017).

Por otro lado, Díez (como se citó en Armendáriz et al., 2012) considera que el consumo de alcohol es un problemática que se intensifica socialmente, ya que es considerada como una conducta permisible promovida en la población, en la cual también están incluidos los adolescentes y los jóvenes, también se considera como un mecanismo inadecuado de afrontamiento de los estados emocionales negativos ya sean generados por situaciones que causan estrés, o por una búsqueda de bienestar del estado de ánimo. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2014), en cuanto a América Latina, Perú ocupa la sexta posición con un consumo anual per cápita de 8,1 litros de alcohol puro en la población de personas mayores de 15 años, así mismo presenta aspectos legales enmarcados en la ley de comercialización, consumo y publicidad de bebidas alcohólicas. Además, considera que el uso perjudicial de alcohol es un factor que causa más de 200 enfermedades (cirrosis hepática, algunos tipos de cáncer, enfermedades cardiovasculares etc.) y trastornos mentales (ansiedad, depresión, etc.) (OMS, 2018). La Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas (DEVIDA, 2018) señala que el 67.5% de los estudiantes universitarios declararon haber consumido alcohol durante el último año, donde se estima que uno de cada diez estudiantes universitarios presenta signos de dependencia.

Diversos estudios muestran una relación de tendencia proporcional entre las variables estrés académico y consumo de alcohol, en donde se demuestra que a medida que se incrementa el grado de preocupación o nerviosismo, debido a las exigencias académicas, aumenta el consumo de alcohol (Márquez et al., 2019; Castillo, 2015). Asimismo, investigaciones demuestran que exigencias muy complejas que causen altos niveles de estrés en la etapa universitaria, los predisponen a un estado de vulnerabilidad lo que les incita afrontar de manera inadecuada, buscando el uso y/o abuso de alcohol afectando su salud y su desempeño académico (Raya et al., 2018; García et al., 2017). El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2015) evidencia altos porcentajes de consumo de alcohol en personas mayores de 18 años en Lima Metropolitana. Asimismo, en Latinoamérica, las investigaciones realizadas en Chile, México, Perú y Venezuela señalan que existe una elevada influencia de estrés en los estudiantes de educación superior, alcanzando valores superiores al 67% de la población en estudio, ubicándolos en el nivel de estrés moderado (Román et al., 2008). Por ello se plantea el siguiente problema de investigación, existe relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes Universitarios de Lima Norte.

1.2. Formulación del problema

Problema general:

¿Existe relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de Lima Norte?

Problemas específicos:

1. ¿Cuál es el nivel de estrés académico que predomina en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte?
2. ¿Qué categoría de consumo de alcohol predomina en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte?
3. ¿Existe relación entre el estrés académico y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte?
4. ¿Existe relación entre el consumo de alcohol y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte?
5. ¿Existe relación entre las dimensiones del estrés académico y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte?

1.3. Justificación de la investigación

La presente investigación, se fundamenta en el interés y la necesidad de ampliar el conocimiento y la comprensión de la relación entre el estrés académico y consumo de alcohol en estudiantes universitarios, teniendo en cuenta que serán jóvenes de la carrera de psicología.

El estudio tiene relevancia social, ya que el estrés, es un problema de salud mental que afecta a la población; está presente en diferentes ámbitos, siendo este un factor grave generador de diversas patologías (Caldera et al., 2007). En la actualidad, se considera que muchos estudiantes quienes están próximos a entrar a la universidad o culminar esta etapa, se enfrentan a situaciones como lo son: la realización de un examen, exposiciones, competencia entre compañeros, trabajos en grupo, insuficiente planificación, altas expectativas familiares, etc. (Polo et al., 1996, citado por Rosales, 2016). Es por ello, que, en muchas ocasiones, los jóvenes universitarios, al sentirse

estresados, pueden experimentar trastornos depresivos, trastornos de ansiedad y un aumento en el consumo de alcohol utilizado como un método de escape (Cutipa, 2018).

En el Perú, se encuentran pocas investigaciones acerca del estrés académico y consumo de alcohol en estudiantes universitarios, pese a que podrían conllevarlos a un uso problemático de alcohol, retrasar su egreso o precipitar el abandono de sus estudios (Peralta y Quizhpi, 2017). Por ello esta investigación contribuye al conocimiento actual.

Finalmente, en cuanto a la relevancia práctica los resultados de la investigación podrían servir de referencia a las autoridades pertinentes y al área de psicología de dicha Institución para valorar la ejecución de programas preventivos acerca de la concientización sobre el consumo de alcohol, asimismo, brindar talleres, técnicas y/o estrategias que ayuden a reducir el estrés académico para así poder mejorar el bienestar del estudiante.

1.4. Objetivos de la investigación

1.4.1. Objetivo general

Determinar la relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes Universitarios de la carrera de Psicología de Lima Norte.

1.4.2. Objetivos específicos

1. Identificar el nivel de estrés académico que predomina entre los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte.
2. Identificar la categoría de consumo de alcohol que predomina en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte.
3. Determinar si existe relación entre el estrés académico y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte.
4. Determinar si existe relación entre el consumo de alcohol y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte.
5. Determinar si existe relación entre las dimensiones del estrés académico y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte.

1.5. Hipótesis

HI: Existe relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de Lima Norte.

Ho: No Existe relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de Lima Norte.

Hipótesis Específicas:

HI 1: Existe relación entre estrés académico y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte.

Ho 1: No existe relación entre estrés académico y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte.

HI 2: Existe relación entre el consumo de alcohol y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte.

Ho 2: No existe relación entre el consumo de alcohol y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte.

Hi 3: Existe relación entre las dimensiones del estrés académico y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte

Ho 3: No existe relación entre las dimensiones del estrés académico y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

Internacionales

A nivel internacional, Paredes (2021), en Ecuador, realizó un estudio acerca de “Estrés académico y consumo de alcohol en estudiantes de Psicología en una universidad privada de Ambato”. Se trata de un estudio cuantitativo, de diseño no experimental, de alcance descriptivo - correlacional y corte transversal con una muestra que estuvo conformado por 272 alumnos de ambos sexos pertenecientes a la carrera de Psicología con el objetivo de determinar si existe relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol. Los instrumentos utilizados en este estudio fueron el Inventario SISCO de estrés académico y el Test de Identificación de Trastornos por Consumo de Alcohol (AUDIT). Los resultados mostraron que los estudiantes presentaron niveles de estrés académico moderado cuyos estresores de mayor afectación fueron las cargas de tareas y la personalidad del profesor (42.3%). En cuanto al consumo de alcohol se evidenció un consumo muy leve con predominancia del uso de ingesta menos de una vez al mes (41.5%). En conclusión, no se encontró una relación significativa entre ambas variables ($p=0.858$), es decir, el exceso de actividades académicas, propias de la formación profesional no genera un aumento en el consumo de alcohol de los estudiantes.

Por otro lado, Márquez et al. (2019) en México, realizaron un estudio acerca de la “Relación entre estrés académico y consumo de alcohol y tabaco en estudiantes de educación superior”. Se trata de un estudio cuantitativo, correlacional, de corte transversal con una muestra probabilística conformada por 119 estudiantes solo del sexo femenino, entre las edades comprendidas de 17 hasta los 28 años de una escuela de educación superior con el objetivo de determinar la relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol y tabaco en estudiantes de educación superior. En este estudio se aplicaron los instrumentos SISCO, AUDIT y EECT y se utilizó la prueba estadística de Spearman. Con respecto a los resultados, se obtuvo una media de 19.8 años. El 85% presentó un nivel moderado de estrés, el 51.2% tiene un consumo de alcohol de riesgo. En conclusión, no se encontró una relación estadísticamente significativa entre las variables estrés académico y consumo de alcohol ($p= 0.127$) y tabaco ($p= 0.455$), sin embargo, se observa una relación de tendencia proporcional, en donde a medida que aumenta el patrón de consumo de alcohol y tabaco, tiene consigo consecuencias en la salud.

Asimismo, Emirio et al. (2018) en Colombia, llevaron a cabo un estudio titulado “Depresión y su relación con el consumo de sustancias psicoactivas, el estrés académico y la ideación suicida en estudiantes universitarios colombianos” con una población de 477 estudiantes de ambos sexos entre las edades de 18 a 25 años. Se trata de un estudio cuantitativo, transversal, con un diseño no experimental de nivel correlacional con la finalidad de conocer la relación entre el consumo de alcohol y cannabis, la depresión, el estrés académico y la ideación suicida en estudiantes pertenecientes a universidades públicas y privadas (dos privadas y una pública) del departamento de Antioquia. Asimismo, para la medición de las variables se empleó el Inventario de Depresión de Beck, el Inventario de Ideación Suicida Positiva y Negativa, el Inventario SISCO del Estrés Académico, el Test de Cribado de Abuso de Cannabis (CAST) y el Test de Identificación de Trastornos por Consumo de Alcohol (AUDIT). Los resultados mostraron que la depresión se relacionó de manera positiva con el consumo de alcohol, con el consumo de cannabis y con el estrés académico, sin embargo, no se encontró asociación con la ideación suicida. Finalmente, se halló relación positiva entre el estrés académico y la ideación suicida, por lo que se

concluyó, que es posible considerar que es el estrés académico puede ser causante de la ideación suicida en el estudiante.

Raya et al. (2018) en México, realizaron un estudio titulado como “Características de estrés académico y patrón de consumo de alcohol en estudiantes universitarios” sobre una población de 48 estudiantes entre las edades comprendidas desde los 18 a los 24 años. Se trata de un estudio de tipo descriptivo transversal, donde tuvo como objetivo conocer las características del estrés académico y patrón de consumo de alcohol en estudiantes universitarios. En este estudio se utilizaron el test de SISCO y el AUDIT. Los resultados mostraron que los participantes refirieron como factores estresantes los trabajos escolares (91.7%), tiempo limitado para trabajos (85.5%) y evaluaciones (83.4%). Como reacciones conductuales los conflictos (83.5%), problemas de concentración (62.6%) y ansiedad (56.3%) y como reacciones físicas los trastornos del sueño (100%), dolor de cabeza (50.0%) y morderse las uñas (45.9%), como estrategias de afrontamiento utilizadas refirieron buscar información (66.7%) y verbalizar la situación (60.4%), elaborar un plan de acción y ejecutarlo (64.6%). En conclusión, se evidenció que cargas que ocasionen altos niveles de estrés, en la etapa universitaria los predisponen a un estado de vulnerabilidad lo que les provoca de afrontar de manera inadecuada, buscando el uso de alcohol (en algunos casos) afectando su salud y el desempeño académico, se encontró 81.3% sin riesgo, 6.3% perjudicial y 2.1% dependiente.

Por último, García et al. (2017) en Brasil, realizaron la investigación sobre “Estrés académico y consumo de alcohol en universitarios de nuevo ingreso”. Se trata de un estudio descriptivo y transversal con un muestreo no probabilístico por conveniencia, para una muestra de 205 alumnos de ambos sexos, con la finalidad de determinar los niveles de estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes universitarios de nuevo ingreso. En este estudio se utilizaron una Cédula de Datos Personales y Prevalencia de Consumo de Alcohol (CDPYPCA), el Inventario de Estrés Académico (IEA) y el Cuestionario de Identificación de Desórdenes por Uso de Alcohol (AUDIT) donde se obtuvo como resultado una media de edad de los participantes fue de 19.1 años, predominó el sexo femenino con un 82.0% (168). Un 25.4% (52) mencionó estudiar y trabajar. El 65.3% del total de la muestra reportó niveles de estrés de moderado a alto. La prevalencia del consumo de alcohol en el último año y último mes fue de 59.0 y 32.2% respectivamente. Un 27.5% del total de la muestra reportó consumo dependiente, seguido del consumo dañino 16.6%. En conclusión, se identificaron niveles importantes de estrés en los universitarios, además de alta prevalencia de consumo de alcohol. Junto a esto, un importante porcentaje de los encuestados consume alcohol de forma dependiente, lo cual requiere implementar intervenciones en esta población dirigidas a disminuir el estrés académico, así como abandonar y/o disminuir el consumo de alcohol.

Nacionales

En el entorno nacional, León (2021) realizó una investigación acerca de “Nivel de consumo de alcohol y estrés académico en estudiantes de séptimo año de medicina humana de una universidad privada de Arequipa – Perú” con una población de 80 estudiantes de ambos sexos entre los 23 y 29 años pertenecientes al séptimo año de la carrera de Medicina Humana con la finalidad de determinar la relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol. Se trata de un estudio cuantitativo, de corte transversal, no experimental correlacional. En este estudio se utilizó el Test de Identificación de los Trastornos Debidos al Consumo de Alcohol (AUDIT) y el Inventario SISCO del estrés académico en el cual los resultados mostraron que el 73,75% de los estudiantes presentaron un consumo de alcohol sin riesgo, seguido por

el 17,50% de los estudiantes que presentaron un consumo de alcohol con riesgo. Asimismo, el 90,00% de los estudiantes presentaban estrés académico profundo, seguido del 10,0% con estrés académico moderado. En conclusión, no se encontró asociación estadísticamente significativa entre el estrés académico y el consumo de alcohol ($p>0.05$), sin embargo, cabe señalar que ninguno de los estudiantes presentaba un nivel de estrés académico leve.

Asimismo, Tasayco (2018), en su investigación titulada “Estrés académico en estudiantes de enfermería del II al VIII ciclo de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga, Ica –Perú 2018” buscó describir las características del estrés académico en los estudiantes de enfermería. Se trata de un estudio de tipo cuantitativo, con un nivel de investigación descriptivo y de diseño no experimental de corte transversal que estuvo conformada por una población de 410 estudiantes cuyas edades fluctúan entre los 17 y 41 años de edad, obteniéndose una muestra de 199 estudiantes de enfermería. En cuanto al instrumento se utilizó el Inventario SISCO de estrés académico donde los resultados mostraron que el 47,4% de estudiantes manifestaron que presentan un nivel medio de estrés, mientras que un 30,1% un nivel medianamente alto. En conclusión, el nivel de estrés que predomina en los estudiantes de enfermería es medio teniendo en cuenta que la sobrecarga de tareas y trabajos universitarios son situaciones generadoras de estrés en ellos.

En contraste, “El estrés académico en estudiantes de una universidad nacional de Lima metropolitana” fue el tema del estudio de Venancio (2018). Del departamento de psicología de una importante universidad, los investigadores reclutaron una muestra aleatoria de 432 estudiantes de primero a sexto año (124 hombres y 308 mujeres) para completar esta encuesta descriptiva y no experimental. Las edades de los participantes variaron entre 17 y 25 años. El objetivo es definir grados de estrés académico. El uso del inventario de estrés académico SISCO reveló un nivel promedio de estrés académico; los estudiantes que exhibieron los niveles más altos de estrés académico fueron mujeres, y los estudiantes clasificados en sexto lugar en términos de estrés académico fueron los más estresados. Los estudiantes de psicología reportan una cantidad promedio de estrés académico.

El estudio de Aramburú (2017) titulada como “Sentido de vida y consumo problemático de alcohol en alumnos de universidades privadas de lima metropolitana” tuvo como objetivo analizar la relación entre el sentido de vida y el consumo problemático de alcohol en estudiantes de universidades privadas de Lima Metropolitana. Se trata de un estudio no experimental, correlacional con corte transversal. La población evaluada estuvo conformada por 346 estudiantes que cursaban los dos primeros años de su carrera con una media de edad de 18.8 años. En este estudio se aplicó el Test de Sentido de Vida (PIL) y el Cuestionario de Identificación de Trastornos debidos al Consumo de Alcohol (AUDIT). Los resultados revelaron que el 30.6% de los participantes presentaba un patrón de consumo de bebidas alcohólicas que podría considerarse como problemático. Además, se encontró que los hombres presentan mayores niveles de consumo problemático de alcohol que las mujeres. En conclusión, no se encontró una relación significativa entre el consumo problemático de alcohol y el sentido de vida ($p=0.085$). Por último, no se hallaron diferencias en el nivel de sentido de vida según el sexo.

Ruesta (2017) tuvo como objetivo determinar la asociación entre el abuso de alcohol y el estrés académico entre estudiantes de primer año de ciencias y letras de una universidad privada de Lima. El estudio incluyó a 175 participantes, con edades comprendidas entre 16 y 24 años, y se realizó en Lima metropolitana. Esto es un

estudio transversal correlacional. Esta investigación hizo uso del Inventario SISCO de estrés académico y del Test de Identificación de Trastornos por Consumo de Alcohol (AUDIT). De manera similar, las mujeres que reportaron niveles más altos de estrés académico también tenían más probabilidades de reportar niveles más altos de ingesta general de alcohol (85,10%) y consumo excesivo de alcohol (58,90%). Por fin, lo que había sido

2.2. Bases teóricas

ESTRÉS ACADÉMICO

2.2.1 Antecedentes del estrés

El estrés es un término que es utilizado en el siglo XIV para denominar la tensión, opresión u adversidad, el cual fue cogido del latín stringere, y en el idioma inglés (Strain) pasó a designar dificultad o adversidad. (Moscoso 1998, citado por Oliveti, 2010). Asimismo, este autor, señala que en el siglo XIX Claude Bernard consideraba que lo que caracterizaba al estrés eran los “estímulos estresores” o “situaciones estresantes”, de manera opuesta, durante el siglo XX Walter Cannon, aseguraba que lo fundamental era la “respuesta fisiológica” y “conductual” (Moscoso, 1998, citado por Martín, 2007 y Oliveti, 2010).

En la década de 1930, el concepto de estrés fue incluido por primera vez en el rubro de la salud por Hans Selye (1936), que, con la publicación de su libro, en el año 1960, definía al estrés como “La suma de todos los efectos inespecíficos de factores (actividades cotidianas, agentes productores de enfermedades, drogas, hábitos de vida inadecuados, cambios abruptos en los entornos laboral y familiar), que pueden actuar sobre la persona” (Martínez y Díaz, 2007).

Por otro lado, Lazarus y Folkman (1996, citado por Martínez y Díaz, 2007), consideran el estrés como “El resultado de la relación entre el individuo y el entorno, evaluado por aquél como amenazante que desborda sus recursos y pone en peligro su bienestar”.

2.2.2 Definición

Polo, Hernández y Pozar (2006, citado por Rosales, 2016) definen el estrés académico como una respuesta general del organismo del estudiante (cognitiva, emocional, fisiológica y conductual) que, ante cualquier estímulo estresante relacionado al rubro educativo, es generado cuando el sujeto se enfrenta a situaciones las cuales le resulta difícil hallar diferentes soluciones.

Asimismo, para Caldera et al. (2007) el estrés académico es definido como aquél que se causa debido a las demandas que exige el ámbito educativo. Como consecuencia, tanto los alumnos como los docentes (genera ansiedad o Síndrome de Burnout), pueden verse perjudicados por esta problemática. Sin embargo, estos autores sólo se centran en el estrés académico de los estudiantes universitarios.

Finalmente, para Barraza (2006, citado por Jiménez, 2013), desde el modelo sistémico cognoscitivista que desarrolla, el estrés académico es definido como “Un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta; primero, cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas, que bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores (input); segundo, cuando estos estresores provocan un desequilibrio sistemático (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio); y tercero, cuando este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (output) para restaurar el equilibrio sistémico”.

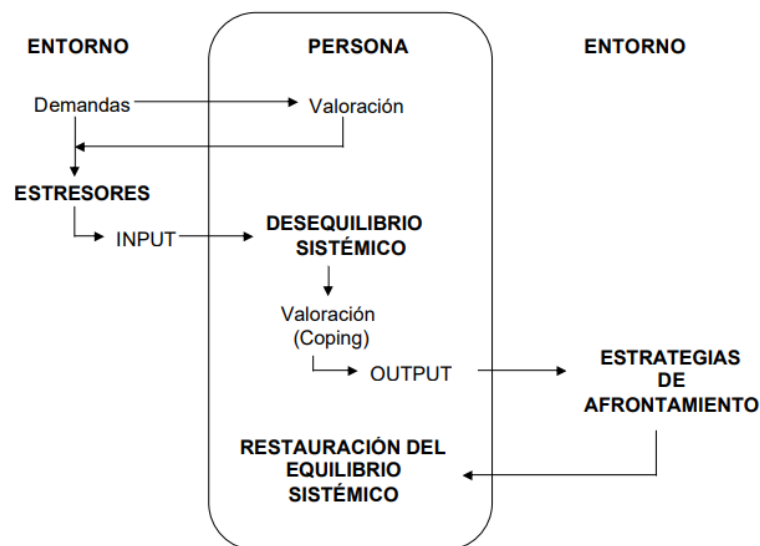
2.2.3. Modelos y teorías del estrés

2.2.3.1. Modelo Sistémico Cognoscitivista

Es un modelo desarrollado por Barraza (2006) a raíz de la teoría de modelización sistémica de Colle (2002, citado por Barraza, 2006) que se apoyó en el modelo transaccional del estrés de Lazarus (Cohen y Lazarus, 1979; Lazarus y Folkman, 1986 y Lazarus, 2000 citados por Barraza, 2006), el cual parte de dos supuestos:

- **Supuesto sistémico:** Como sistema abierto, el ser humano se relaciona con el entorno en un continuo flujo de entrada (input) y salida (output) para alcanzar un equilibrio sistémico.
- **Supuesto cognoscitivista:** A partir del postulado, “la relación de la persona con su entorno se ve determinada por un proceso cognoscitivo de valoración de las demandas del entorno (entrada) y de los recursos internos necesarios para enfrentar esas demandas, que conduce a la definición de la forma como se enfrentará esa demanda (salida)” (Barraza, 2006).

A continuación, la representación gráfica del modelo sistémico cognoscitivista:



Fuente: Barraza, 2006

La lectura de la figura, se inicia desde el lado izquierdo, siguiendo la lógica de exposición (Barraza, 2006):

1. Una persona está sujeta a diversas exigencias de su entorno.
2. Se requiere que el individuo evalúe estas demandas.
3. Las expectativas son vistas como tensiones por la persona si no son adecuadas a sus recursos.
4. Estos factores estresantes crean un desequilibrio sistémico en la relación del individuo con su entorno ya que surgen en la entrada del sistema.
5. Este desequilibrio sistémico permite evaluar la capacidad de uno para manejar una circunstancia estresante y decidir cuál es la mejor manera de manejarla mediante un segundo procedimiento.
6. El sistema reacciona a las demandas ambientales utilizando mecanismos de afrontamiento.
7. El sistema permitirá llevar a cabo un tercer proceso de evaluación, que resultará en un ajuste de las estrategias para lograr el éxito esperado, si estas

estrategias de afrontamiento no logran ayudar al sistema a recuperar su equilibrio sistémico.

Este gráfico representa como las demandas del entorno son valoradas como estresantes para la propia persona, esta valoración, como consecuencia, genera un desequilibrio que se manifiesta a través de diferentes síntomas (físicos, psicológicos y comportamentales); así la persona, por su parte, utiliza sus propios recursos para afrontar la situación estresante con la finalidad de recuperar el equilibrio perdido.

2.2.4 Orientaciones Teóricas del estrés

Berrío y Mazo (2011) plantean teorías que se basan en el estrés:

2.2.4.1 Teorías basadas en la respuesta:

En base a la teoría que plantea Selye, percibe el estrés como una respuesta no específica del organismo ante las demandas que se le hacen. Esto quiere decir, que el estrés no tiene un origen en particular, sino que, su agente desencadenante es un factor que afecta el equilibrio del organismo, y puede ser una incitación física, psicológica, cognitiva o emocional.

Pero según Selye (1974, citado por Berrío y Mazo, 2011), el estrés no debe evitarse porque puede mezclarse con estímulos o experiencias tanto positivas como negativas, y privar a alguien de él podría ser fatal. Debido a esto, el estrés puede ser una respuesta adaptativa siempre que no se salga de control y dañe el cuerpo.

Basada en las realidades objetivas que son el factor estresante y la respuesta al estrés, esta teoría ofrece una definición operativa de estrés.

2.2.4.2 Teorías basadas en el estímulo

Berrío y Mazo (2011), lo explican en base a las características que se asocian con los estímulos ambientales, ya que localizan el estrés en el exterior, no en la persona y consideran que éstos pueden alterar las funciones del organismo. Asimismo, debido a las características individuales, estos estímulos, no tienen el mismo efecto estresor en todas las personas.

Por ese motivo, esta teoría, se centra en la que suele llamarse perspectiva psicosocial del estrés.

2.2.4.3 Teorías basadas en la interacción

El mayor representante de esta teoría es Richard Lazarus (1986), quien hace énfasis en la importancia de los factores psicológicos (principalmente cognitivos) que se sitúan entre los estímulos estresantes y las respuestas de estrés, brindando a la persona un rol activo en el origen del estrés.

Este mencionado autor, propone tres tipos de evaluación:

- **Evaluación Primaria:** Es la primera medición psicológica de estrés, la cual se manifiesta en cada encuentro con algún tipo de demanda.
- **Evaluación Secundaria:** Ocurre después de la primaria y tiene que ver con la valoración de los recursos de la propia persona para poder enfrentar la situación estresante.
- **Reevaluación:** En esta etapa, se realizan procesos de feedback, donde se permite corregir las evaluaciones previas.

2.2.5 Dimensiones

2.2.5.1 Estresores

Barraza (2006) lo define como las demandas a las que el individuo está dominado que pueden convertirse en estresores; los cuales pueden ser físicos, sociales y psicológicos. Estos se presentan como una amenaza a la integridad de la persona. Asimismo, refiere que hay una serie de estresores como lo son:

- Las cantidades de tareas que se le deja al estudiante, del mismo modo, el poco tiempo para poder realizarlas
- La responsabilidad que tiene que asumir el estudiante
- Un lugar inadecuado de estudios que dañe su desempeño académico
- Dificultad con los profesores de los cursos que lleva el estudiante
- Los exámenes que se presentan de manera constante
- Las dificultades para entender diferentes tipos de trabajo que le deja el profesor al estudiante.

2.2.5.2 Síntomas

Rossi (2001, citado por Barraza, 2006) identifica tres tipos de síntomas o reacciones al estrés:

Síntomas físicos: Son aquellas reacciones propias del cuerpo, dentro de ellas se encuentran:

- Dolor de cabeza
- Cansancio difuso o fatiga crónica
- Bruxismo (rechinar los dientes durante el sueño)
- Presión arterial elevada
- Problemas gástricos
- Impotencia
- Dolor de espalda
- Dificultad para conciliar el sueño
- Aumento o pérdida de peso
- Temblores o tics nerviosos

Síntomas Psicológicos: Son aquellas que tienen que ver con las funciones cognitivas o emocionales de la persona, pueden ser:

- Ansiedad
- Tristeza
- Inseguridad
- Inquietud
- Sensación de inutilidad
- Falta de entusiasmo
- Sensación de no tener el control sobre la situación
- Pesimismo hacia la vida
- Imagen negativa de uno mismo
- Preocupación excesiva
- Dificultad de concentración
- Tono de humor depresivo

Síntomas Comportamentales: Son aquellos que están involucradas con la conducta de la persona, dentro de ellas están:

- Ganas de fumar constantemente
- Olvidos frecuentes
- Conflictos frecuentes
- Poco interés hacia su persona y los demás (indiferencia)
- Dificultad para ejecutar o mantener las propias obligaciones que se le asigne

- Aumento o reducción del consumo de alimentos

2.2.5.3 Estrategias de Afrontamiento

Lazarus y Folkman (1986, citados por Barraza, 2006) refieren que las estrategias de afrontamiento son “Aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo”.

Entre las estrategias que refiere Barraza (2007, citado por Rosales, 2016) tenemos:

- Habilidad asertiva
- Elaborar un plan y la ejecución de tareas
- Elogios a uno mismo
- La religiosidad
- Buscar información sobre dicha situación

CONSUMO DE ALCOHOL

2.2.1 Alcohol

Castillo (2015) refiere que el alcohol está compuesto principalmente por etanol o alcohol etílico ($\text{CH}_3\text{-CH}_2\text{-OH}$) que puede ser definido como una droga depresora del Sistema Nervioso Central que impide progresivamente las funciones cerebrales con capacidad de crear dependencia psicofísica, tolerancia y adicción. Asu vez, el etanol, tiene diferente concentración dependiendo de su proceso de elaboración y pueden clasificarse en:

- Fermentadas: Como lo son el vino y la cerveza (graduación entre los 4° y los 15°), los cuales son producidos por la fermentación de los azúcares de las frutas o de los cereales.
- Destiladas: Estas son el resultado de la destilación de las bebidas fermentadas, por ende, tienen mayor concentración de alcohol. Como lo son el whisky y el ron que tienen entre 40° y 50° de alcohol puro.

El etanol, a corto plazo, puede producir estados de euforia, desinhibición, mareos, somnolencia, confusión, alucinaciones, baja los reflejos, pérdida temporal de la visión, agresividad, incluso puede llegar a producir un coma y provocar la muerte. Asimismo, a mediano y largo plazo el alcohol provoca problemas personales y de salud como problemas hepáticos, pancreáticos, depresión, absentismo laboral, deterioro cognitivo, entre otros (Ccorihuaman, 2015).

2.2.2 Definición de consumo de Alcohol

En 2018, la Organización Mundial de la Salud (OMS) incluyó el consumo de alcohol como un factor de riesgo de más de 200 enfermedades y trastornos, incluido el alcoholismo y una serie de problemas mentales y de comportamiento. De manera similar, corren el riesgo de desarrollar afecciones que incluyen enfermedades cardiovasculares, cáncer y cirrosis hepática.

El consumo de alcohol en estudiantes universitarios, en algunos casos, es utilizado como una estrategia para afrontar los estresores propios que se presentan durante la vida académica del estudiante (Sreeramareddy et al., 2007 citado por Campo, Villamil, et al. 2013). Así mismo, en los estudiantes, las consecuencias negativas suelen hacer referencia a alteraciones de las relaciones con su familia, amistades y profesores, bajo desempeño del estudiante, agresiones, y conductas de alto riesgo, como manejar un automóvil después de haber consumido alcohol, así como las actividades sexuales sin protección, que pueden ocasionar embarazos no deseados y diferentes enfermedades de transmisión sexual. En general, los estudiantes que beben grandes cantidades de

alcohol, manifiestan mayores conductas de riesgo para sí mismos y para los demás. (Hingson et al.; Stueve et al. citados por Castaño y Calderón, 2014).

De la misma forma, la alta vulnerabilidad de los universitarios que demuestran para el consumo de alcohol, se debe al camino fácil que tienen para comprar las bebidas alcohólicas y al aumento de situaciones a los que están expuestos una vez que entran al entorno universitario. Además, de la libertad que tienen y en ocasiones, porque no cuentan con el control adecuado de sus padres (García et al., 2017).

Según el Estudio epidemiológico andino sobre consumo de drogas en la población universitaria, el alcohol es la droga (legal) que consumen con mayor frecuencia los jóvenes universitarios entre los 18 y 24 años. Así también lo demuestra una investigación realizada por la Comunidad andina de naciones (CAN) que manifiesta que el consumo de drogas y licor entre los alumnos peruanos de enseñanza superior aumentó entre 2009 y 2012 en 5.6% y 7%, respectivamente (Ccorihuaman, 2015).

2.2.3 Modelo Teórico basado en el consumo de Alcohol

Modelos explicativos del consumo de alcohol

Díaz, et al. (2015) considera tres modelos sobre el consumo de alcohol, los cuales son:

Teoría de las expectativas

Este modelo hace referencia a que el uso, abuso y/o abstinencia de alcohol pueden ser por las expectativas ya sean de manera positiva o negativa dependiendo de sus efectos. Dentro de las expectativas positivas se encontró que el alcohol hace que la persona socialice e interactúe con mayor facilidad, eleve su estado de ánimo y reduzca su tensión psicológica, sin embargo, se debe tener en cuenta la dosis de alcohol que haya consumido la persona y las consecuencias negativas que pueda traer consigo (enfermedades, conductas inadecuadas, accidentes, etc.).

Modelo del aprendizaje Social

Este modelo hace referencia a que el consumo de alcohol que presenta la persona es en base a imitación, la impresión que percibe un nivel de alto consumo entre sus familiares y/o conocidos y así también las actitudes o expectativas favorables que pueda observar con respecto al consumo de alcohol. Asimismo, se ha mostrado que actúa como intermediario de variables tales como el sexo, edad y la estructura familiar.

Teoría de la conducta planificada

Este modelo hace referencia a que el consumo de alcohol que presenta la persona se da como finalidad de una conducta intencionada determinada por la actitud que presente la persona (creencias), la norma subjetiva y la capacidad y control que tiene la persona para decidir de hacer uso o no de bebidas alcohólicas.

2.2.4 Dimensiones

La estructura original del Cuestionario de identificación de los trastornos debido al consumo de alcohol (AUDIT, en su abreviatura en inglés) es unidimensional la cual presenta tres categorías: consumo sin riesgo, consumo en riesgo y consumo perjudicial (García et al., 2016).

Es por ello, que Babor et al., 2001 en cooperación con la Organización Mundial de la Salud (OMS), desarrollaron un manual para la identificación de trastornos debidos al consumo de alcohol (AUDIT) donde se identificaron las siguientes categorías de consumo de alcohol:

- Consumo sin riesgo: Es un consumo de “bajo riesgo” con respecto a los efectos negativos o daños que puede causar en la persona, ya que si decide consumir alcohol debe hacerlo en menores cantidades.
- Consumo en riesgo: Es un patrón de consumo de alcohol que incrementa el riesgo de los efectos desfavorables para la persona que consume y para las que se encuentran a su alrededor, esto sucede siempre y cuando el consumo se presente de manera persistente. La OMS lo considera como un consumo regular entre los 20 a 40g en mujeres de manera diaria y 40 a 60g en los hombres.
- Consumo Perjudicial: Es un consumo que perjudica tanto la salud física como la salud mental de la persona. Asimismo, dichos autores también consideran las consecuencias sociales que causa el alcohol. La OMS lo considera como un consumo regular entre más de 40g al día en mujeres y 60g al día en los varones.

CAPÍTULO III. MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación

El presente estudio será de tipo correlacional ya que se buscará conocer la relación que existe entre las dos variables (Estrés académico y Consumo de alcohol).

Así mismo, contará con un diseño no experimental debido a que la investigación se realizará sin manipular las variables y se observarán los fenómenos en su ambiente natural para posteriormente analizarlos, de corte transversal ya que los datos serán recolectados en un determinado momento y lugar, con la finalidad de describir variables y examinar su interrelación e incidencia en ese tiempo establecido (Hernández, Fernández y Baptista; 2014).

Además, cuenta con un enfoque cuantitativo ya que se busca describir, explicar, comprobar, generar y probar hipótesis establecidas previamente (Hernández, Fernández y Baptista; 2014).

3.2. Población y muestra

El estimado de la población es de 571 estudiantes de la carrera de Psicología a partir de los 18 años de edad que se encuentren entre el I y X ciclo académico, que hayan consumido bebidas alcohólicas alguna vez en su vida, pertenecientes a una Universidad de Lima Norte.

3.2.1. Tamaño de la muestra

La muestra estará conformada por alumnos de pregrado de un centro Universitario en Lima Norte. Se contará con una muestra constituida por el uso de la siguiente fórmula estadística para contar con el número exacto y preciso de estudiantes.

$$n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * p * q}{d^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$$

Donde cada elemento significa:

- n= Tamaño de muestra que se desea encontrar
- N= Total de la población
- Z_{α} = Al cuadrado, siendo la seguridad del 95%
- p= proporción esperada 0.5
- q= 1-P (sería 1-0.5 =0.5)
- d= precisión (5%)

Aplicando la fórmula quedaría:

$$n = \frac{571 * (1.96)_2 * (0.5) * (0.5)}{(0.05)^2 * (571 - 1) + (1.96)_2 * (0.5) * (0.5)}$$
$$n = 229,89$$

3.2.2. Selección del muestreo

El procedimiento que se empleará para determinar el tamaño de la muestra será un muestreo no probabilístico intencional, ya que los jóvenes estudiantes serán elegidos de acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión que esta investigación requiere.

3.2.3. Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión:

- Estudiantes que tengan de 18 años a más
- Que sean de ambos sexos
- Estudiantes que se encuentren entre el I y X ciclo.
- Estudiantes que pertenezcan a la carrera de Psicología.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes no hayan aceptado participar en la investigación.
- Que se hayan olvidado de firmar el consentimiento informado
- Que no hayan respondido adecuadamente los instrumentos
- Estudiantes que no hayan consumido alcohol alguna vez en su vida.

3.3. Variables

3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables

Variable: Estrés académico

Definición Conceptual

Presiones de la escuela Según Barraza (citado en Márquez et al. 2019), se trata de “un proceso sistémico, de carácter esencialmente psicológico adaptativo” que se puede desglosar en tres etapas. La primera etapa ocurre cuando el estudiante experimenta lo que percibe como estresores en su entorno educativo. La segunda etapa ocurre cuando estos factores estresantes conducen a un desequilibrio sistémico, que se manifiesta como síntomas. Por último, se pide al estudiante que implemente mecanismos de afrontamiento para restablecer el equilibrio sistémico.

Definición Operacional:

Se estudiará la variable estrés académico, variable cualitativa politómica ordinal, el cual tiene tres dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Para la suma total de la prueba se necesita sumar los puntajes directos de las dimensiones (puntaje total es igual a 120), luego con los puntajes obtenidos, se categorizaron de la siguiente manera: Muy Bajo (0 a 59), Bajo (60 a 67), Promedio (68 a 87), Alto (88 a 100) y Muy Alto (101 a más) (Rosales, 2016) (**Anexo 1**).

Variable: Consumo de alcohol

Definición Conceptual

Cuando alguien que es alcohólico, bebedor habitual, bebedor ocasional o alguien que prueba el alcohol por primera vez consume la sustancia en un momento determinado, se habla de consumo. Según Pons y Berjano (1999), el consumo actual de alcohol puede conllevar problemas de salud. Esto se debe a que el consumo repetido de alcohol se asocia con un mayor riesgo de sufrir trastornos mentales y enfermedades crónicas. Cuando el alcohol ingresa al cuerpo, cambia la forma en que funciona el sistema nervioso central. Inhibe gradualmente las funciones cerebrales, lo que afecta el autocontrol, y provoca euforia y desinhibición. Esto puede hacer que el alcohol parezca un estimulante, por lo que a menudo se confunde con otras drogas (OMS, 2018).

Definición Operacional:

Para el consumo de alcohol, que es una variable cualitativa politómica ordinal, será medida a través del Test de identificación de los trastornos debidos al consumo de alcohol (AUDIT) el cual está conformado por 10 ítems y es unidimensional. Los puntajes de esta prueba se categorizan en tres niveles: consumo sin riesgo (0 a 7),

consumo en riesgo (8 a 12) y consumo perjudicial (13 a 40) (Noreña, Villalba y Amaya, 2018) **(Anexo 2)**.

Variables Sociodemográficas

Definición conceptual

- El sexo es la condición orgánica de la persona (Real Academia Española, 2014).
- La edad es el tiempo que ha vivido la persona (Real Academia Española, 2014).
- El estado civil es la condición de una persona en relación con su filiación o matrimonio, que se hacen constar en el registro civil (Real Academia Española, 2014).
- El ciclo es un periodo de tiempo (Real Academia Española, 2014).
- El trabajo es la acción y efecto de trabajar (Real Academia Española, 2014).
- Los hijos son personas respecto de sus padres (Real Academia Española, 2014).
- Familia es un grupo de personas emparentadas entre sí que viven juntas. (Real Academia Española, 2014).
- Aislamiento social es la falta de contacto sociales y tener poca cercanía con las personas con las que pueda interactuar con regularidad (National Institutes of Health, 2021).
- Consumo es la acción de consumir (Real Academia Española, 2014).
- Alcohol es una sustancia química que se encuentra en diferentes bebidas como la cerveza, vino, etc. (National Institutes of Health, 2014).

Definición operacional

Se utilizó una ficha sociodemográfica para la medición de las variables: sexo, categórica dicotómica nominal (masculino y femenino); edad, categórica ordinal (18-24 años, 25 a más); estado civil, categórica nominal (soltero, casado, divorciado y conviviente); ciclo académico, categórica ordinal (I al X); trabajo actual, categórica dicotómica (sí y no); presencia de hijos, categórica dicotómica (Sí y No), tipo de familia, categórica nominal (nuclear, extendida, monoparental y ensamblada), y consumo de alcohol en reuniones sociales, categórica ordinal (nunca, rara vez, frecuentemente y siempre) **(Anexo 3)**.

Instrumentos:

Para la variable: Estrés Académico (Anexo 4)

La variable estrés académico será medida a través del Inventario SISCO de estrés académico que fue construido y validado por Arturo Barraza Macías en el año 2006 en Durango, México. Tiene como finalidad examinar las características del estrés que suelen acompañar a los alumnos durante su proceso en sus estudios. Este instrumento está conformado por 31 ítems distribuidos de la siguiente manera:

Un ítem con respuestas de sí o no que le permite saber si el individuo está calificado para realizar el inventario. El siguiente paso es elegir un ítem en una escala tipo Likert con cinco valores numéricos (que van del 1 al 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho), que ayudará a determinar el grado de estrés académico. El siguiente paso es descubrir con qué frecuencia las personas perciben las demandas ambientales como estresantes mediante el uso de una escala tipo Likert con cinco categorías: nunca, rara vez, ocasionalmente, casi a menudo y siempre. Además, se utilizan quince preguntas en una escala tipo Likert que se clasifican en las mismas categorías (nunca, rara vez, ocasionalmente, casi con frecuencia y siempre) para determinar con qué frecuencia ocurren los síntomas o las respuestas al evento estresante. Por último, se

presentan seis ítems en un escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), que permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos. El inventario es autoadministrado y se puede llenar de manera individual o grupal; su aplicación puede durar entre de 10 y 15 minutos.

Validez:

En el Perú fue estandarizada en Lima por Rosales (2016) en la Universidad Autónoma del Perú, contando con la aprobación de 10 jueces, obteniéndose como resultados según la V de Aiken una validez de contenido con resultados menores a 0.5 lo cual indica que la prueba es válida, es decir, si hay concordancia entre los jueces.

Confiabilidad:

La interpretación de resultados del Índice de Alfa de Cronbach indica que la prueba tiene una confiabilidad de 0.76 por el método de consistencia interna (Rosales, 2016).

Para la variable: Consumo de Alcohol (Anexo 5)

La variable consumo de alcohol será medida a través del Test de identificación de los trastornos debidos al consumo de alcohol (AUDIT) que fue construido originalmente por Saunders et al. (1993) en colaboración con la OMS. Más adelante fue adaptada al idioma español por Rubio et al. (1998), el cual tiene como objetivo, la detección del uso problemático del alcohol permitiendo identificar a las personas con un patrón de consumo sin riesgo, consumo en riesgo y consumo perjudicial de alcohol.

Este cuestionario está compuesto por 10 ítems tipo Likert que están distribuidos por áreas consumo reciente de alcohol (1 - 3), conductas de dependencia (4 - 6) y los problemas derivados de su uso (7-10), donde su puntuación va desde 0 a 40; puntajes menores o igual a 7 indican un consumo sin riesgo, puntajes mayores a 7 y menores o igual a 12 indican un consumo en riesgo y, por último, puntajes mayores a 13 indican un consumo perjudicial.

Este cuestionario es autoadministrado y se puede llenar de manera individual o grupal; aplicación puede durar entre 2 y 3 minutos.

Validez:

Se obtuvo la opinión de jueces, lo cual indica que cuenta con una validez de contenido con el objetivo de que el cuestionario sea más afín al uso lingüístico del Perú (Noreña, Villalba y Amaya, 2018).

Confiabilidad:

En el Perú, la adaptación del AUDIT, fue realizada en Huancayo por Noreña, Villalba y Amaya (2018) en la Universidad Continental (UC), donde realizaron una prueba piloto de 30 personas pertenecientes a una universidad privada para ver la confiabilidad de la prueba, obteniéndose como resultado una confiabilidad de 0.85.

Variables sociodemográficas

Para el presente estudio se utilizó una ficha de datos sociodemográfica el cual se elaboró teniendo en cuenta los antecedentes de investigaciones y bases teóricas (Anexo 6)

3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos

Se procederá a la recolección de datos, siguiendo la siguiente secuencia de eventos:

1. Se realizó el registro del proyecto al departamento de investigación para que sea revisado, asimismo por el comité de ética.
2. Se aplicó las encuestas de manera online (Conde y Cremona, 2015) a la muestra debido a la coyuntura (Pandemia).
3. Previamente se elaboró un formulario en Google que tendrá de contenido, el consentimiento informado (**Anexo 7**), la ficha sociodemográfica y las encuestas respectivamente y solo aquel que acepte el consentimiento será partícipe de la investigación, responderá a las encuestas.
4. Luego se les envió a través de un enlace, donde se entregó del consentimiento informado, la ficha sociodemográfica y de los dos instrumentos separado por secciones respectivamente, asimismo se les indicó el tiempo, el cual fue aproximadamente de 15 minutos.
5. Asimismo, se recolectaron los datos cuando los participantes enviaron sus respuestas y se aseguró una adecuada recolección de información de los cuestionarios en el formulario Google.
6. Finalmente, se hizo la corrección manual de los instrumentos, los resultados que se obtuvieron se codificaron y luego se pusieron en la base de datos para su respectivo análisis estadístico.

3.5. Plan de análisis e interpretación de la información

Para el análisis estadístico se utilizó el programa estadístico STATA versión 15. Con respecto al análisis descriptivo para las variables categóricas, se calcularon en frecuencias y porcentajes. Asimismo, para determinar si existe asociación entre el estrés académico y el consumo de alcohol, se realizó la prueba estadística χ^2 (chi cuadrado) Se consideró una significancia estadística menor o igual a 0.05. y un nivel de confianza de 95%.

3.6. Ventajas y limitaciones

Ventajas:

- Los instrumentos presentan adecuadas propiedades psicométricas, asimismo cuentan con pocos ítems lo cual posibilita su rápida aplicación y se encuentran adaptados y validados en el país.
- Se consideró una variable sociodemográfica nueva en el presente estudio
- Debido a la aplicación fue mediante formularios no se utilizaron muchos recursos y se encuestó la muestra en un menor tiempo posible.

Limitaciones:

- Puesto que el diseño del estudio será transversal, no se pueden valorar las variables a través del tiempo, ya que los datos serán recolectados en un momento dado.
- Es sesgo de deseabilidad social podrían condicionar las respuestas de modo que algunos datos pueden ser falseados en las pruebas de auto aplicación.
- El tipo de estudio correlacional solamente brinda información de relación mas no de casualidad

3.7. Aspectos éticos

Los procedimientos éticos se detallarán a continuación:

- Confidencialidad y protección de datos:

La aplicación de los instrumentos se realizó respetando la confidencialidad de los estudiantes, durante y después del proceso, considerando que los datos personales de los participantes no serán divulgados. Así mismo, se les explicó a los participantes el fin y el uso que se le darán a los resultados obtenidos. Los datos de cada participante sólo fueron accesibles por los autores del estudio (Investigadores).

- Privacidad:

Los participantes del estudio tuvieron derecho a decidir si participarán o no del estudio, a elegir el tiempo, las circunstancias y la cantidad de información que desearán compartir. Se garantizará la administración de los instrumentos en lugares adecuados.

- No discriminación y libre participación:

Para la elección se tomó en cuenta a todos los estudiantes, que cumplan con los criterios metodológicos de inclusión al estudio; así mismo no se rechazó a las personas ya sea por su cultura, raza, religión o nivel socioeconómico. Por otro lado, no se obligó al estudiante en su participación si es que no la desea.

- Consentimiento informado a la participación a la investigación:

Antes de aplicar los instrumentos se proporcionó un consentimiento informado con información relevante sobre la finalidad, características, riesgos y beneficios del estudio a los sujetos involucrados para que así puedan decidir en participar o no en tal investigación. Asimismo, la investigación tuvo en consideración la ética profesional y honestidad antes, durante y después; protegiendo la dignidad y bienestar de los sujetos a participar (**Anexo 7**)

- Respeto por la calidad de la investigación, autores y uso de resultados:

Se realizó una buena investigación considerando su valor científico que llevó el estudio, en cuanto a la relevancia clínica y social, sugerirá la promoción y cuidado de los futuros trabajos que se realicen con él. Manteniendo la práctica del principio, en el correcto uso de los mismos.

CAPÍTULO IV. RESULTADOS

En la tabla 1, se reflejó que, de los 230 estudiantes encuestados, en su mayoría presentaron una edad de 18 a 24 años (76.09%), el 77.83% fueron mujeres y el 92.61 eran solteros. Asimismo, el 56.52% no trabajaba, el 93.91% no tenía hijos, el 47.39% provenía de una familia nuclear al momento de la encuesta y el 45.65% consumió rara vez bebidas alcohólicas en reuniones sociales. Por otro lado, el 43.41% de los estudiantes mostró un nivel promedio de estrés académico y el 17.83% un nivel alto de estrés académico. En cuanto al consumo de alcohol, se observa que el 88.26% de los estudiantes presentó un consumo sin riesgo, el 9.57% un consumo en riesgo y el 2.17% un consumo perjudicial. El resto de los resultados se puede observar en la tabla 1.

Tabla 1.

Descripción de los datos sociodemográficos y variables principales

	n	%
Sexo		
Masculino	51	22.17
Femenino	179	77.83
Edad		
Entre 18 – 24	175	76.09
De 25 a más	55	23.91
Estado civil		
Soltero(a)	213	92.61
Casado (a)	4	1.74
Divorciado (a)	1	0.43
Conviviente	12	5.22
Ciclo académico		
I	12	5.22
II	23	10.00
III	20	8.7
IV	25	10.87
V	23	10.00
VI	18	7.83
VII	43	18.70
VIII	31	13.48
IX	21	9.13
X	14	6.09
Trabajo		
Si	100	43.48
No	130	56.52
Presencia de hijos		
Si	14	6.09
No	216	93.91
Tipo de familia		
Nuclear	109	47.39
Extendida	61	26.52
Monoparental	49	21.30
Ensamblada	11	4.78
Frecuencia del consumo de alcohol		
Nunca	90	39.13
Rara vez	105	45.65
Frecuentemente	26	11.30
Siempre	9	3.91

Tabla 1.
Continúa

	n	%
Estrés académico		
Muy bajo	26	11.30
Bajo	38	16.52
Promedio	101	43.91
Alto	41	17.83
Muy alto	24	10.43
Dimensiones del estrés académico		
Estresores		
Muy bajo	21	9.10
Bajo	93	40.43
Promedio	65	28.26
Alto	47	20.43
Muy alto	4	1.74
Reacciones físicas		
Muy bajo	4	1.74
Bajo	116	50.43
Promedio	62	26.96
Alto	44	19.13
Muy alto	4	1.74
Reacciones psicológicas		
Muy bajo	25	10.87
Bajo	119	51.74
Promedio	56	24.35
Alto	29	12.61
Muy alto	1	0.43
Reacciones comportamentales		
Muy bajo	16	6.96
Bajo	24	10.43
Promedio	106	46.09
Alto	53	23.04
Muy alto	31	13.48
Estrategias de afrontamiento		
Muy bajo	16	6.96
Bajo	120	52.17
Promedio	78	33.91
Alto	15	6.52
Muy alto	1	0.43
Consumo de alcohol		
Consumo sin riesgo	203	88.26
Consumo en riesgo	22	9.57
Consumo perjudicial	5	2.17

En la tabla 2, no se encontró asociación entre el estrés académico y el consumo de alcohol ($p=0.219$), mostrando que el 88.12% de estudiantes presentaron un nivel de estrés académico promedio y un consumo sin riesgo. El resto de los resultados se puede observar en la tabla 2.

Tabla 2.

Asociación entre estrés académico, sus dimensiones y consumo de alcohol

	Consumo de alcohol						P-valor
	Consumo sin riesgo		Consumo en riesgo		Consumo perjudicial		
	n	%	n	%	n	%	
Estrés académico							0.219
Muy bajo	25	96.15	1	3.85	-	-	
Bajo	35	92.11	3	7.89	-	-	
Promedio	89	88.12	9	8.91	3	2.97	
Alto	34	82.93	7	17.07	-	-	
Muy alto	20	83.33	2	8.33	2	8.33	
Dimensiones							
Estresores							0.163
Muy bajo	19	90.48	2	9.52	-	-	
Bajo	84	90.32	7	7.53	2	2.15	
Promedio	57	87.69	7	10.77	1	1.54	
Alto	40	85.11	6	12.77	1	2.13	
Muy alto	3	75.00	-	-	1	25.00	
Reacciones físicas							0.573
Muy bajo	4	100	-	-	-	-	
Bajo	102	87.93	13	11.21	1	0.86	
Promedio	56	90.32	3	4.84	3	4.84	
Alto	37	84.09	6	13.64	1	2.27	
Muy alto	4	100.0	-	-	-	-	
Reacciones psicológicas							0.438
Muy bajo	24	96.00	1	4.00	-	-	
Bajo	107	89.92	10	8.40	2	1.68	
Promedio	46	82.14	9	16.07	1	1.79	
Alto	25	86.21	2	6.90	2	6.90	
Muy alto	1	100.0	-	-	-	-	
Reacciones comportamentales							0.097
Muy bajo	16	100.00	-	-	-	-	
Bajo	23	95.83	1	4.17	-	-	
Promedio	93	87.74	12	11.32	1	0.94	
Alto	47	88.68	5	9.43	1	1.89	
Muy alto	24	77.42	4	12.90	3	9.68	
Estrategias de afrontamiento							0.843
Muy bajo	14	87.50	1	6.25	1	6.25	
Bajo	104	86.67	13	10.83	3	2.50	
Promedio	69	88.46	8	10.26	1	1.28	
Alto	15	100.0	-	-	-	-	
Muy alto	1	100.0	-	-	-	-	

En la tabla 3, se encontró relación entre el consumo de alcohol y sexo ($p=0.047$), mostrando que el 91.06% de mujeres presentaron un consumo sin riesgo. Asimismo, se encontró relación entre el consumo de alcohol en reuniones sociales y el consumo de alcohol ($p=0.000$), es decir, el 100.00% de los estudiantes que nunca consideró necesario consumir alcohol en las reuniones sociales presentó un consumo sin riesgo. El resto de los resultados se puede observar en la tabla 3.

Tabla 3.
Asociación entre variables sociodemográficas y consumo de alcohol

	Consumo de alcohol						P-valor
	Consumo sin riesgo		Consumo en riesgo		Consumo perjudicial		
	n	%	n	%	n	%	
Sexo							0.047
Masculino	40	78.43	9	17.65	2	3.92	
Femenino	163	91.06	13	7.26	3	1.68	
Edad							0.78
Entre 18 – 24	153	87.43	18	10.29	4	2.29	
De 25 a más	50	90.91	4	7.27	1	1.82	
Estado civil							0.816
Soltero(a)	187	87.79	21	9.86	5	2.35	
Casado (a)	3	75.00	1	25.00	-	-	
Divorciado (a)	1	100.0	-	-	-	-	
Conviviente	12	100.0	-	-	-	-	
Ciclo académico							0.072
I	12	100.0	-	-	-	-	
II	21	91.30	2	8.70	-	-	
III	18	90.00	1	5.00	1	5.00	
IV	22	88.00	2	8.00	1	4.00	
V	20	86.96	1	4.35	2	8.7	
VI	17	94.44	1	5.56	-	-	
VII	42	97.67	1	2.33	-	-	
VIII	26	87.87	5	16.13	-	-	
IX	15	71.43	5	23.81	1	4.76	
X	10	71.43	4	28.57	-	-	
Trabajo							0.093
Si	83	83.00	14	14.00	3	3.00	
No	120	92.31	8	6.15	2	1.54	
Presencia de hijos							0.371
Si	14	100.0	-	-	-	-	
No	189	87.5	22	10.19	5	2.31	
Tipo de familia							0.289
Nuclear	100	91.74	8	7.34	1	0.92	
Extendida	51	83.61	9	14.75	1	1.64	
Monoparental	42	85.71	4	8.16	3	6.12	
Ensamblada	10	90.91	1	9.09	-	-	
Consumo de alcohol							0.00
Nunca	90	100.0	-	-	-	-	
Rara vez	89	84.76	13	12.38	3	2.86	
Frecuentemente	20	76.92	5	19.23	1	3.85	
Siempre	4	44.44	4	44.44	1	11.11	

En la tabla 4, se encontró relación entre estrés académico con sexo ($p=0.006$) y ciclo académico ($p=0.005$), siendo las estudiantes mujeres (44.13%) que pertenecían al séptimo ciclo (53.49%) quienes presentaron un nivel promedio de estrés académico. El resto de los resultados se puede observar en la tabla 4.

Tabla 4.
Asociación entre variables sociodemográficas y estrés académico

	Estrés académico										P-valor
	Muy Bajo		Bajo		Promedio		Alto		Muy alto		
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Sexo											0.006
Masculino	8	15.69	15	29.41	22	43.14	5	9.80	1	1.96	
Femenino	18	10.06	23	12.85	79	44.13	36	20.11	23	12.85	
Edad											0.191
Entre 18 – 24	19	10.86	27	15.43	73	41.71	37	21.14	19	10.86	
De 25 a más	7	12.73	11	20.00	28	50.91	4	7.27	5	9.09	
Estado civil											0.543
Soltero(a)	24	11.27	32	15.02	96	45.07	39	18.31	22	10.33	
Casado (a)	-	-	2	50.00	-	-	1	25.00	1	25.00	
Divorciado (a)	-	-	-	-	1	100.00	-	-	-	-	
Conviviente	2	16.67	4	33.33	4	33.33	1	8.33	1	8.33	
Ciclo académico											0.005
I	1	8.33	2	16.67	3	25.00	4	33.33	2	16.67	
II	1	4.35	-	-	6	26.09	9	39.13	7	30.43	
III	2	10.00	5	25.00	5	25.00	3	15.00	5	25.00	
IV	2	8.00	7	28.00	9	36.00	4	16.00	3	12.00	
V	1	4.35	2	8.70	14	60.87	3	13.04	3	13.04	
VI	4	22.22	3	16.67	7	38.89	3	16.67	1	5.56	
VII	6	13.95	6	13.95	23	53.49	6	13.95	2	4.65	
VIII	3	9.68	5	16.13	16	51.61	6	19.35	1	3.23	
IX	1	4.76	5	23.81	13	61.9	2	9.52	-	-	
X	5	35.71	3	21.43	5	35.71	1	7.14	-	-	

Tabla 4.
Continúa

	Estrés académico										P-valor
	Muy Bajo		Bajo		Promedio		Alto		Muy alto		
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Trabajo											0.417
Si	14	14.00	20	20.00	42	42.00	16	16.00	8	8.00	
No	12	9.23	18	13.85	59	45.38	25	19.23	16	12.31	
Presencia de hijos											0.934
Si	1	7.14	3	21.43	7	50.00	2	14.29	1	7.14	
No	25	11.57	35	16.20	94	43.52	39	18.06	23	10.65	
Tipo de familia											0.413
Nuclear	17	15.60	17	15.60	50	45.87	17	15.60	8	7.34	
Extendida	7	11.48	9	14.75	25	40.98	10	16.39	10	16.39	
Monoparental	2	4.08	10	20.41	20	40.82	11	22.45	6	12.24	
Ensamblada	-	-	2	18.18	6	54.55	3	27.27	-	-	
Consumo de alcohol											0.622
Nunca	11	12.22	17	18.89	35	38.89	18	20.00	9	10.00	
Rara vez	10	9.52	17	16.19	54	51.43	14	13.33	10	9.52	
Frecuentemente	4	15.38	3	11.54	8	30.77	8	30.77	3	11.54	
Siempre	1	11.11	1	11.11	4	44.44	1	11.11	2	22.22	

En la tabla 5, se apreció relación entre la dimensión estresores con sexo ($p=0.053$), edad ($p=0.016$) y estado civil ($p=0.002$), siendo estudiantes mujeres (36.87%) entre 18 y 24 años (36.57%) solteras (42.72%) quienes presentaron un nivel bajo de estresores. Con respecto a la dimensión reacciones físicas, se encontró relación con el sexo ($p=0.021$) y estado civil ($p=0.000$), siendo estudiantes mujeres (44.69%) solteras (51.17%) quienes presentaron un nivel bajo. Por otro lado, se aprecia relación entre la dimensión reacciones psicológicas con ciclo académico ($p=0.000$) y trabajo ($p=0.007$), donde los estudiantes que pertenecían al séptimo ciclo (69.77%) y no trabajaban (52.31%) presentaron un nivel bajo. También se halló relación entre la dimensión reacciones comportamentales con sexo ($p=0.015$), edad ($p=0.043$) y ciclo académico ($p=0.004$), siendo el 42.46% mujeres entre los 18 y 24 años (41.71%) que pertenecían al séptimo ciclo (53.49%) quienes presentaron un nivel promedio. Por último, se encontró relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con estado civil ($p=0.002$) y

presencia de hijos ($p=0.002$), donde eran solteros (53.05%) y sin hijos (52.31%) quienes presentaron un nivel bajo. El resto de los resultados se puede observar en la tabla 5.

Tabla 5.
Asociación entre dimensiones del estrés académico y variables sociodemográficas

	Estrés académico																				P-valor
	Estrés académico										Reacciones físicas										
	Muy Bajo		Bajo		Promedio		Alto		Muy alto		Muy Bajo		Bajo		Promedio		Alto		Muy alto		
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Sexo																					0.053
Masculino	7	13.73	27	52.94	12	23.53	5	9.80	-	-	1	1.96	36	70.59	9	17.65	5	9.80	-	-	0.021
Femenino	14	7.82	66	36.87	53	29.61	42	23.46	4	2.23	3	1.68	80	44.69	53	29.61	39	21.79	4	2.23	
Edad																					0.016
Entre 18 – 24	13	7.43	64	36.57	56	32.00	40	22.86	2	1.14	3	1.71	83	47.43	51	29.14	34	19.43	4	2.29	0.419
De 25 a más	8	14.55	29	52.73	9	16.36	7	12.73	2	3.64	1	1.82	33	60.00	11	20.00	10	18.18	-	-	
Estado civil																					0.002
Soltero(a)	16	7.51	91	42.72	61	28.64	42	19.72	3	1.41	3	1.41	109	51.17	56	26.29	41	19.25	4	1.88	0.048
Casado (a)	1	25.00	1	25.00	-	-	1	25.00	1	25.00	1	25.00	1	25.00	-	-	2	50.00	-	-	
Divorciado (a)	-	-	-	-	1	100.00	-	-	-	-	-	-	-	-	1	100.00	-	-	-	-	
Conviviente	4	33.33	1	8.33	3	25.00	4	33.33	-	-	-	-	6	50.00	5	41.67	1	8.33	-	-	
Ciclo académico																					0.124
I	-	-	5	41.67	1	8.33	6	50.00	-	-	1	8.33	4	33.33	2	16.67	4	33.33	1	8.33	
II	2	8.70	4	17.39	9	39.13	8	34.78	-	-	-	-	4	17.39	8	34.78	11	47.83	-	-	
III	1	5.00	9	45.00	5	25.00	4	20.00	1	5.00	1	5.00	9	45.00	3	15.00	6	30.00	1	5.00	
IV	2	8.00	12	48.00	5	20.00	6	24.00	-	-	-	-	13	52.00	6	24.00	5	20.00	1	4.00	
V	2	8.7	7	30.43	7	30.43	7	30.43	-	-	-	-	11	47.83	8	34.78	3	13.04	1	4.35	
VI	4	22.22	5	27.78	6	33.33	2	11.11	1	5.56	-	-	11	61.11	5	27.78	2	11.11	-	-	
VII	3	6.98	22	51.16	12	27.91	5	11.63	1	2.33	1	2.33	23	53.49	12	27.91	7	16.28	-	-	
VIII	2	6.45	11	35.48	13	41.94	4	12.90	1	3.23	-	-	16	51.61	10	32.26	5	16.13	-	-	
IX	1	4.76	10	47.62	5	23.81	5	23.81	-	-	-	-	14	66.67	6	28.57	1	4.76	-	-	
X	4	28.57	8	57.14	2	14.29	-	-	-	-	1	7.14	11	78.57	2	14.29	-	-	-	-	

Tabla 5.
Continúa

	Estrés académico																					
	Estresores										P-valor	Reacciones físicas										
	Muy Bajo		Bajo		Promedio		Alto		Muy alto			Muy Bajo		Bajo		Promedio		Alto		Muy alto		P-valor
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
Trabajo											0.76											0.372
Si	11	11.0	43	43.00	26	26.00	18	18.00	2	2.0		1	1.0	57	57.00	26	26.00	15	15.00	1	1.00	
No	10	7.69	50	38.46	39	30.00	29	22.31	2	1.54		3	2.31	59	45.38	36	27.69	29	22.31	3	2.31	
Presencia de hijos											0.407											0.562
Si	2	14.29	6	42.86	2	14.29	3	21.43	1	7.14		1	7.14	7	50.00	3	21.43	3	21.43	-	-	
No	19	8.80	87	40.28	63	29.17	44	20.37	3	1.39		3	1.39	109	50.46	59	27.31	41	18.98	4	1.85	
Tipo de familia											0.519											0.584
Nuclear	12	11.01	44	40.37	30	27.52	22	20.18	1	0.92		4	3.67	57	52.29	30	27.52	17	15.60	1	0.92	
Extendida	6	9.84	26	42.62	16	26.23	12	19.67	1	1.64		-	-	32	52.46	13	21.31	14	22.95	2	3.28	
Monoparental	3	6.12	15	30.61	18	36.73	11	22.45	2	4.08		-	-	21	42.86	17	34.69	10	20.41	1	2.04	
Ensamblada	-	-	8	72.73	1	9.09	2	18.18	-	-		-	-	6	54.55	2	18.18	3	27.27	-	-	
Consumo de alcohol											0.268											0.722
Nunca	11	12.22	34	37.78	24	26.67	19	21.11	2	2.22		3	3.33	43	47.78	22	24.44	20	22.22	2	2.22	
Rara vez	6	5.71	48	45.71	29	27.62	21	20.00	1	0.95		1	0.95	57	54.29	31	29.52	15	14.29	1	0.95	
Frecuentemente	4	15.38	9	34.62	7	26.92	6	23.08	-	-		-	-	11	42.31	8	30.77	6	23.08	1	3.85	
Siempre	-	-	2	22.22	5	55.56	1	11.11	1	11.11		-	-	5	55.56	1	11.11	3	33.33	-	-	

Tabla 5.
Continúa

	Estrés académico											P-valor												
	Reacciones psicológicas					Reacciones comportamentales																		
	Muy Bajo		Bajo		Promedio		Alto		Muy alto		Muy Bajo		Bajo		Promedio		Alto		Muy alto					
n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%					
Sexo												0.179												0.015
Masculino	8	15.69	31	60.78	9	17.65	3	5.88	-	-	7	13.73	3	5.88	30	58.82	8	15.69	3	5.88				
Femenino	17	9.50	88	49.16	47	26.26	26	14.53	1	0.56	9	5.03	21	11.73	76	42.46	45	25.14	28	15.64				
Edad												0.295												0.043
Entre 18 – 24	17	9.71	86	49.14	46	26.29	25	14.29	1	0.57	10	5.71	21	12.00	73	41.71	44	25.14	27	15.43				
De 25 a más	8	14.55	33	60.00	10	18.18	4	7.27	-	-	6	10.91	3	5.45	33	60.00	9	16.36	4	7.27				
Estado civil												0.895												0.965
Soltero(a)	22	10.33	110	51.64	53	24.88	27	12.68	1	0.47	14	6.57	23	10.80	98	46.01	50	23.47	28	13.15				
Casado (a)	1	25.00	2	50.00	-	-	1	25.00	-	-	1	25.00	-	-	1	25.00	1	25.00	1	25.00				
Divorciado (a)	-	-	-	-	1	100.0	-	-	-	-	-	-	-	-	1	100.0	-	-	-	-				
Conviviente	2	16.67	7	58.33	2	16.67	1	8.33	-	-	1	8.33	1	8.33	6	50.00	2	16.67	2	16.67				
Ciclo académico												0.000												0.004
I	1	8.33	5	41.67	3	25.00	2	16.67	1	8.33	1	8.33	1	8.33	6	50	1	8.33	3	25.00				
II	-	-	6	26.09	9	39.13	8	34.78	-	-	-	-	1	4.35	5	21.74	7	30.43	10	43.48				
III	2	10.00	10	50.00	4	20.00	4	20.00	-	-	1	5.00	6	30.00	4	20.00	5	25.00	4	20.00				
IV	2	8.00	15	60.00	4	16.00	4	16.00	-	-	-	-	2	8.00	13	52.00	6	24.00	4	16.00				
V	-	-	9	39.13	11	47.83	3	13.04	-	-	-	-	-	-	10	43.48	9	39.13	4	17.39				
VI	3	16.67	7	38.89	7	38.89	1	5.56	-	-	2	11.11	2	11.11	7	38.89	5	27.78	2	11.11				
VII	3	6.98	30	69.77	7	16.28	3	6.98	-	-	5	11.63	4	9.3	23	53.49	8	18.60	3	6.98				
VIII	5	16.13	17	54.84	5	16.13	4	12.90	-	-	3	9.68	2	6.45	18	58.06	7	22.58	1	3.23				
IX	3	14.29	14	66.67	4	19.05	-	-	-	-	2	9.52	3	14.29	13	61.9	3	14.29	-	-				
X	6	42.86	6	42.86	2	14.29	-	-	-	-	2	14.29	3	21.43	7	50.00	2	14.29	-	-				

Tabla 5.
Continúa

		Estrés académico																														
		Reacciones psicológicas										P- valor	Reacciones comportamentales										P- valor									
		Muy Bajo		Bajo		Promedio		Alto		Muy alto			Muy Bajo		Bajo		Promedio		Alto		Muy alto											
n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%										
Trabajo																0.007																
Si	16	16.00	51	51.00	27	27.00	5	5.00	1	1.00											7	7.00	10	10.00	52	52.00	21	21.00	10	10.00		
No	9	6.92	68	52.31	29	22.31	24	18.46	-	-											9	6.92	14	10.77	54	41.54	32	24.62	21	16.15		
Presencia de hijos																0.95																
Si	2	14.29	8	57.14	3	21.43	1	7.14	-	-											1	7.14	1	7.14	7	50.00	3	21.43	2	14.29		
No	23	10.65	111	51.39	53	24.54	28	12.96	1	0.46											15	6.94	23	10.65	99	45.83	50	23.15	29	13.43		
Tipo de familia																0.099																
Nuclear	18	16.51	58	53.21	23	21.10	10	9.17	-	-											7	6.42	19	17.43	46	42.20	23	21.1	14	12.84		
Extendida	2	3.280	30	49.18	17	27.87	11	18.03	1	1.64											4	6.56	2	3.28	32	52.46	15	24.59	8	13.11		
Monoparental	5	10.20	22	44.90	14	28.57	8	16.33	-	-											5	10.20	3	6.12	21	42.86	12	24.49	8	16.33		
Ensamblada	-	-	9	81.82	2	18.18	-	-	-	-											-	-	-	-	7	63.64	3	27.27	1	13.48	0.444	
Consumo de alcohol																0.759																
Nunca	13	14.44	43	47.78	22	24.44	11	12.22	1	1.11											7	7.78	9	10.00	38	42.22	25	27.78	11	12.22		
Rara vez	9	8.57	59	56.19	26	24.76	11	10.48	-	-											6	5.71	13	12.38	56	53.33	16	15.24	14	13.33		
Frecuentemente	3	11.54	11	42.31	6	23.08	6	23.08	-	-											3	11.54	1	3.85	9	34.62	9	34.62	4	15.38		
Siempre	-	-	6	66.67	2	22.22	1	11.11	-	-											-	-	1	11.11	3	33.33	3	33.33	2	22.22		

Tabla 5.
Continúa

	Estrés académico										P-valor
	Estrategias de afrontamiento										
	Muy Bajo		Bajo		Promedio		Alto		Muy alto		
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Sexo											0.748
Masculino	3	5.88	30	58.82	14	27.45	4	7.84	-	-	
Femenino	13	7.26	90	50.28	64	35.75	11	6.15	1	0.56	
Edad											0.205
Entre 18 – 24	14	8.00	91	52.00	61	34.86	8	4.57	1	0.57	
De 25 a más	2	3.64	29	52.73	17	30.91	7	12.73	-	-	
Estado civil											0.002
Soltero(a)	13	6.10	113	53.05	74	34.74	13	6.10	-	-	
Casado (a)	-	-	2	50.00	2	50.00	-	-	-	-	
Divorciado (a)	-	-	-	-	1	100.0	-	-	-	-	
Conviviente	3	25.00	5	41.67	1	8.33	2	16.67	1	8.33	
Ciclo académico											0.439
I	1	8.33	9	75.00	1	8.33	1	8.33	-	-	
II	2	8.70	10	43.48	8	34.78	3	13.04	-	-	
III	1	5.00	9	45.00	7	35.00	2	10.00	1	5.00	
IV	-	-	16	64.00	9	36.00	-	-	-	-	
V	2	8.70	8	34.78	13	56.52	-	-	-	-	
VI	1	5.56	9	50.00	8	44.44	-	-	-	-	
VII	6	13.95	22	51.16	13	30.23	2	4.65	-	-	
VIII	2	6.45	18	58.06	8	25.81	3	9.68	-	-	
IX	1	4.76	11	52.38	7	33.33	2	9.52	-	-	
X	-	-	8	57.14	4	28.57	2	14.29	-	-	
Trabajo											0.767
Si	8	8.00	54	54.00	33	33.00	5	5.00	-	-	
No	8	6.15	66	50.77	45	34.62	10	7.69	1	0.77	
Presencia de hijos											0.002
Si	1	7.14	7	50.00	3	21.43	2	14.29	1	7.14	
No	15	6.94	113	52.31	75	34.72	13	6.02	-	-	
Tipo de familia											0.477
Nuclear	4	3.67	61	55.96	36	33.03	7	6.42	1	0.92	
Extendida	4	6.56	33	54.10	21	34.43	3	4.92	-	-	
Monoparental	7	14.29	23	46.94	16	32.65	3	6.12	-	-	
Ensamblada	1	9.09	3	27.27	5	45.45	2	18.18	-	-	
Consumo de alcohol											0.432
Nunca	4	4.44	47	52.22	30	33.33	8	8.89	1	1.11	
Rara vez	12	11.43	52	49.52	37	35.24	4	3.81	-	-	
Frecuentemente	-	-	15	57.69	8	30.77	3	11.54	-	-	
Siempre	-	-	6	66.67	3	33.33	-	-	-	-	

CAPÍTULO V. DISCUSIÓN

5.1. Discusión

Los resultados muestran que, en el grupo estudiado, no se encontró relación significativa entre el estrés académico y el consumo de alcohol. Sin embargo, se observó que el consumo de alcohol se relacionó con el sexo. Por otro lado, se comprobó relación entre el estrés académico con el sexo y ciclo académico. De igual manera, se observó que la dimensión estresores se relacionó con el sexo y edad. Asimismo, se encontró relación entre la dimensión reacciones físicas con el sexo y estado civil. Además, se observó que la dimensión reacciones psicológicas se relacionó con el ciclo académico y trabajo. También, se encontró relación entre la dimensión reacciones comportamentales con el sexo, edad y ciclo académico. Por último, se encontró relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con estado civil y presencia de hijos.

Los resultados revelan que el estrés académico no está relacionado al consumo de alcohol. Este hallazgo es corroborado por otros estudios, señalando que el estrés académico no se asocia al consumo de alcohol en estudiantes universitarios (Castillo, 2015; Márquez et al., 2019; Raya et al., 2018). Una posible explicación podría deberse a que cuando los estudiantes se encuentran en situación de estrés no optan por el consumo de alcohol como un método de escape ya que cuentan con los recursos tanto internos como externos para enfrentar diferentes situaciones (Márquez et al., 2019). Es decir, buscan diferentes alternativas de solución como contar con relaciones interpersonales positivas como apoyo, actividades que les generen bienestar que no se conecten con su salud ni su desempeño académico, o incluso buscan información que les ayude a manejar el estrés (Castillo, 2015; Raya et al., 2018). De esta manera, lo antes mencionado puede atribuirse al momento de la aplicación de los instrumentos debido a que se aplicó de manera virtual durante el contexto de pandemia, por ende, podemos deducir que los estudiantes universitarios al enfocarse más en las actividades académicas pueden llegar a cierto nivel de estrés académico dejando en segundo plano las reuniones sociales y/o fiestas donde trae consigo el consumo de alcohol ya que ponen como prioridad su plan de vida para futuro. No obstante, el estudiante al estar expuesto a situaciones que le generen estrés podría utilizar como una forma no asertiva el consumo de alcohol con la finalidad de aliviar su situación preocupante y/o problemas personales.

Por otro lado, se apreció que el consumo de alcohol está asociado con el sexo, en donde la mayoría de mujeres presentaron un consumo sin riesgo. Otros estudios se asemejan a estos resultados, señalando que en su mayoría de mujeres presenta un consumo sin riesgo seguido de un consumo con riesgo (Cortaza y Blanco, 2020). Una posible explicación es que las estudiantes universitarias si presentan el riesgo de consumir alcohol con la finalidad de responder a la sociedad, es decir, a la necesidad de socializar, empatizar y compartir con otros (Cortaza y Blanco, 2020) ya que suelen ver el consumo de alcohol como una experiencia de su vida universitaria (National Institutes of Health, 2021). Sin embargo, de acuerdo a las exigencias académicas que presentan no es un hábito o costumbre en las mujeres que consuman alcohol constantemente, además una investigación demuestra que el consumo de alcohol en mujeres no presenta riesgo debido a la convivencia con sus padres y conversan acerca del consumo de alcohol y las consecuencias que puede traer consigo (National Institutes of Health, 2021). De esta manera podemos deducir que existen diversos factores que pueden incentivar el consumo de alcohol en mujeres durante su etapa universitaria ya que es un espacio no solo de retos académicos sino también de retos sociales, no obstante, no es visto como una rutina constante ya que dicho consumo puede asociarse con su salud y su desempeño. Además, en la muestra de estudio se

puede apreciar que existe estudiantes que presentan un consumo de alcohol en riesgo y perjudicial, esto puede deberse a que no cuentan con el conocimiento y concientización acerca de las consecuencias o complicaciones que podría traer consigo dicho consumo en su persona.

Además, se observó que el estrés académico se asocia al sexo, en donde las mujeres presentaron un nivel promedio de estrés académico. Otros estudios corroboran estos resultados, señalando que son las mujeres quienes presentan un nivel promedio de estrés académico (Márquez et al., 2019; Rosales, 2016). Esto puede explicarse debido a que las mujeres se caracterizan por tener una mayor tendencia a focalizar y atender a sus sentimientos y a tener un pensamiento más rumiativo, es decir, se enfocan y dedican mayor tiempo a sus actividades académicas (tareas, exámenes, exposiciones, trabajos grupales, etc.) generando en ellas cierto grado de malestar emocional que puede estar vinculado en su desempeño académico y su salud. Por ende, las mujeres presentan mayores niveles de estrés y ansiedad en comparación con los hombres (Rosales, 2016). De esta manera, podemos deducir que las mujeres ante el estrés académico pueden experimentar diferentes síntomas como dolor de cabeza, fatiga, alteraciones del sueño, dolores musculares, entre otros que pueden asociarse en su vida cotidiana, sin embargo, lo antes mencionado ayuda a generar estrategias de afrontamiento ante situaciones nuevas que son percibidas como amenazantes, en otras palabras, es un recurso que permite adaptarse ante las demandas del entorno siempre y cuando se tenga un adecuado manejo del estrés de manera que no se vincule negativamente en la salud de la persona. Así también, cabe resaltar que en la muestra de estudio se observa a estudiantes que presentan niveles elevados de estrés académico lo cual podría influir en su desempeño o la salud de la persona debido a la sobrecarga académica que presentan, la falta de tiempo para la presentación de trabajos y la realización de los mismos, entre otros (Márquez et al., 2019).

De igual manera, se halló asociación entre el estrés académico y el ciclo académico, donde los estudiantes que pertenecían al séptimo ciclo presentaron un nivel promedio de estrés académico. Este hallazgo es corroborado por otros estudios, señalando que los estudiantes del segundo, tercer, quinto, séptimo y noveno ciclo presentaron mayor estrés académico (Castillo, 2015; Gutiérrez et al., 2013; Rosales, 2016). Una posible explicación podría deberse a que el nivel de estrés académico aumenta dependiendo del ciclo en que se encuentre el estudiante, esto quiere decir que, mientras el estudiante avanza su carrera universitaria, el aprendizaje es más exigente ya que los cursos son más complejos y/o se requiere prácticas, por ende, habrá mayor presencia de estrés académico (Monzón, 2007). Asimismo, otra investigación (Gutiérrez et al., 2013) refiere que la demanda de asignaturas propias de la misma carrera aumenta las exigencias académicas del estudiante ya sea con el inicio de la carrera universitaria ante nuevas situaciones o ante el inicio de prácticas preprofesionales y el cierre de su carrera universitaria donde se requiere de mayor tiempo y dedicación. De esta manera podemos deducir que los niveles de estrés que presentan los estudiantes son independientes al ciclo que están cursando ya que depende de cada alumno como utiliza sus estrategias de afrontamiento ante diferentes situaciones y como son empleadas por ellos mismos, así también, es importante mencionar que todos los ciclos académicos presentan estudiantes con niveles de estrés académico.

Del mismo modo, se observó que la dimensión estresores se asocia con el sexo, siendo las mujeres quienes presentaron un nivel bajo seguido de un nivel promedio en la dimensión estresores. Se encontraron resultados similares con otros estudios donde las mujeres presentaron un nivel bajo y promedio en estresores (Castillo, 2015, Márquez et al., 2019, Silva et al., 2019 y Paredes, 2021). Esto puede explicarse debido

a que existen diversos factores durante sus actividades académicas como tareas, exámenes, trabajos grupales, exposiciones, etc. que realizan constantemente a lo largo de su etapa de aprendizaje, sin embargo, cuando presentan una sobrecarga el estrés se manifiesta como una respuesta ante las exigencias académica y personal del estudiante que puede traer con ello consecuencias en el ámbito académico, físico, psicológico y social (Silva et al., 2019). De esta manera, con lo mencionado anteriormente, deducimos que ante la presencia de estrés académico los estudiantes presentan estrategias de afrontamiento que en algunas ocasiones son empleadas de manera adecuada adaptándose así ante situaciones que son percibidas como nuevas y amenazantes sin poner en riesgo su salud.

Además, se apreció asociación entre la dimensión estresores con la edad, siendo estudiantes entre 18 y 24 años quienes presentaron un nivel bajo en estresores. Otros estudios se asemejan a estos resultados, cuyo promedio de edad fue de 19.8 años (Márquez et al., 2019) y 20.2 años (Castillo, 2015) quienes presentaron un nivel bajo. Esto puede explicarse debido a que en medida que los estudiantes van avanzando con su carrera universitaria tienden a ser más responsables y organizados con sus labores académicas con la finalidad de poder minimizar la intensidad, frecuencia y reacciones que pueda producir el estrés académico, es decir, cuentan con los recursos necesarios para poder hacer frente ante diferentes situaciones (Silva et al., 2019). Por ende, podemos deducir que los jóvenes estudiantes conforme van avanzando en su etapa universitaria van madurando, por lo tanto, cuentan con capacidad para autorregularse y adaptarse al entorno de manera saludable, siendo así más conscientes de su formación profesional para futuro.

Asimismo, se observó que la dimensión reacciones físicas se asocia con el sexo, así también se relaciona con el estado civil, siendo mujeres solteras quienes presentaron un nivel bajo seguido de un nivel promedio. Otros estudios se asemejan a estos resultados (Barraza, 2005; Chacón et al., 2018; Castillo et al., 2018). Una posible explicación podría deberse a que estas reacciones desatan un círculo vicioso entre el agotamiento tanto físico como mental, que trae consigo diferentes síntomas de cansancio que limitan el desarrollo del estudiante que puede llegar a un mayor grado de frustración y estrés académico (Castillo et al., 2018; Chacón et al., 2018). Además, se observa que ante la presencia de estrés académico en su mayoría de los estudiantes presentan somnolencia o tener una mayor necesidad de dormir y cansancio permanente acompañado de dolores de cabeza o migraña (Castillo et al., 2018; Silva et al., 2019). De esta manera podemos deducir que los estudiantes universitarios debido a las diferentes actividades académicas que presentan disminuyen su tiempo dedicado al sueño generando en ellos diferentes reacciones físicas como dolores de cabeza o fatiga con frecuencia ya que desarrollan largas jornadas de estudio para cumplir sus exigencias académicas para su futuro profesional.

También, se evidenció que la dimensión reacciones psicológicas se asoció con el ciclo académico y trabajo, siendo estudiantes del séptimo ciclo que no trabajaban presentaron un nivel bajo. Otros estudios corroboran estos resultados (Maceo et al., 2013; Licht et al., 2021). Una posible explicación es que el hecho de que una persona se dedique solamente a una actividad (estudiar o trabajar) y reciba el apoyo tanto económicamente como moralmente por parte de su familia hace que el estudiante siga avanzando su carrera universitaria ya que pueden manejar y administrar sus tiempos para la dedicación a sus estudios (Licht et al., 2021). Sin embargo, otros estudios demuestran que ante la presencia de estrés académico los estudiantes presentan diferentes reacciones psicológicas donde las más comunes fueron los “problemas de

concentración” y la “ansiedad, angustia o desesperación” (Castillo et al., 2018; Chacón et al., 2018; Paredes, 2021). De esta manera podemos deducir que, como bien lo mencionamos antes, el ciclo académico es independiente al grado de estrés que presente el estudiante, al ser estudiantes que no laboran, no tienen una carga sobre ellos, más que la de solamente estudiar. Asimismo, se debe tener en cuenta que estos resultados podrían variar de acuerdo al contexto en que sea aplicado debido a que este trabajo se aplicó durante la pandemia lo cual conllevó a que los estudiantes se adapten a las modalidades virtuales para sus clases y/o trabajo generando en ellos cambios en su rutina diaria como reducir el tiempo en el transporte, asistir a reuniones sociales, o visitar diferentes lugares, lo cual hizo que algunos estudiantes dispongan de mayor tiempo para la dedicación a sus estudios.

Además, la dimensión reacciones comportamentales se relacionó con el sexo, edad y ciclo académico, siendo mujeres entre los 18 y 24 años pertenecientes al séptimo ciclo quienes presentaron un nivel promedio. Otros estudios se asemejan a estos resultados (Maceo et al., 2013; Paredes, 2021; Silva et al., 2019). Esto puede explicarse debido a que la conducta que presentan las mujeres frente al estrés académico es diferente a la de los hombres (Paredes, 2021), es decir, todas las personas experimentan diferentes reacciones frente al estrés durante su vida, sin embargo, cuando estas reacciones comportamentales persisten constantemente puede desencadenar diversos problemas que puede inferir en su salud o su desempeño académico (Silva et al., 2019). Asimismo, en medida que el estudiante avanza con su carrera profesional los cursos son más complejos (Monzón, 2007). De tal manera, estudios demuestran que ante la presencia de estrés académico los estudiantes presentan diferentes reacciones comportamentales donde las más comunes fueron el “aumento o reducción de consumo de alimentos” y “desgano para realizar sus labores escolares” (Paredes, 2021; Silva et al., 2019). De esta manera podemos deducir que las exigencias académicas conforme avancen su carrera profesional van en aumento, en consecuencia, puede que les genere algunas reacciones comportamentales, entonces, va depender de la manera en cómo afronten y se adapten ante diferentes situaciones que les generen estrés.

Por último, la dimensión estrategias de afrontamiento se relacionó con el estado civil y presencia de hijos, siendo estudiantes solteros sin hijos quienes presentaron un nivel bajo. Otros estudios corroboran estos resultados (Oliveti, 2010; Paredes, 2021; Ruesta, 2017). Una posible explicación es que los estudiantes solteros y sin hijos buscan estrategias de afrontamiento que puedan generarle un equilibrio a lo largo de su etapa universitaria independientemente si les resulte eficaz (Paredes, 2021), esto quiere decir que las herramientas de afrontamiento que utilicen no siempre serán exitosas ya que dependerá de la demanda a las que se enfrente y a los recursos que tengan disponible para poder afrontarlo (Ruesta, 2017). El hecho de no utilizar estrategias adecuadas podría ser un factor de riesgo a la continuación de su carrera universitaria ya que a diferencia de los estudiantes con hijos quizás requieran de mayor tiempo para poder culminar su educación universitaria dependiendo de la respuesta que brinden ante las exigencias académicas podrán mejorar la motivación ante el aprendizaje y a alcanzar mayores niveles de bienestar (Miller y Arvizu, 2016). Asimismo, las personas solteras tienden a ser más autosuficientes y emplean el “ego” como una estrategia de afrontamiento ya que a diferencia de las personas que se encuentran en relaciones estables tienen mayor acceso a ayuda externa, mientras que las personas solteras estarán más enfocadas en la resolución de problemas personales (Chesterman et al., 2021). De esta manera, podemos deducir que, afrontamiento, no es igual a resultado o solución, sino que es todo un conjunto de estrategias que utiliza el estudiante independientemente si resulta eficaz o ineficaz para resolver dicha situación ya que según el escenario que esté pasando, la

estrategia de afrontamiento será diferente debido a que se modifican según la situación y según la persona.

5.2. Conclusiones

El estrés académico no se asocia con el consumo de alcohol, debido a que los estudiantes universitarios no presentan un consumo de alcohol que perjudique su desempeño académico y/o su salud, los estudiantes al enfocarse en las actividades académicas pueden llegar a cierto nivel de estrés académico dejando en segundo plano las reuniones sociales y/o fiestas donde trae consigo el consumo de alcohol ya que ponen como prioridad su plan de vida para futuro, aunque se muestra un pequeño grupo de estudiantes que presenta un consumo en riesgo. Sin embargo, se evidencia que a mayor presencia de estrés académico se presenta un consumo de alcohol sin riesgo.

Asimismo, se debe tener en cuenta el ciclo académico en que se encuentra el estudiante ya que mientras el estudiante avanza su carrera universitaria, el aprendizaje es más exigente, tienen materias de contenido más complejo, participación en trabajos, exámenes y/o se requiere prácticas, que lo exponen a desarrollar niveles de estrés académico.

Además, el estrés académico es un problema por el que pasan los estudiantes universitarios debido a las actividades diarias que tienen que realizar y por el nivel de exigencia que les requiere. Por ende, para que el estudiante universitario pueda adaptarse debe contar con adecuadas estrategias de afrontamiento como buscar soluciones adecuadas, técnicas de relajación y/o uso adecuado de sus emociones y pensamientos.

Por otro lado, los estudiantes pueden experimentar diferentes síntomas, sin embargo, esto permitirá adaptarse ante las demandas del entorno siempre y cuando se tenga un adecuado manejo del estrés de manera que no se vincule negativamente en de la persona.

Finalmente, la dimensión reacciones psicológicas está relacionada con el ciclo académico y trabajo presentándose en un nivel bajo. Esto como consecuencia del estrés académico, los estudiantes pueden presentar problemas de concentración para realizar sus actividades académicas, trabajos grupales, exposiciones, entre otros, por ende, puede que también se vincule con su desempeño académico si es que no lo afronta de manera adecuada. Asimismo, la dimensión reacciones comportamentales se relaciona con el sexo y ciclo académico. Esta se presenta en un nivel promedio ya que el estudiante durante el proceso de su carrera universitaria puede sentir desgano para realizar sus tareas, poco interés, agotamiento, cansancio, entre otros.

5.3. Recomendaciones

A partir de los hallazgos encontrados en este estudio, se recomienda realizar la implementación de programas promocionales dirigidos hacia los estudiantes universitarios con la finalidad de fortalecer y seguir desarrollando hábitos saludables que permitan el adecuado manejo del estrés para así mejorar el bienestar del estudiante y adopten adecuadas estrategias de afrontamiento para que de esta manera se evite que el estudiante afronte de manera inadecuado buscando el uso y/o abuso de alcohol que se asocie con su salud y el desempeño académico.

En cuanto la investigación de las variables se sugiere realizar esta investigación en diferentes instituciones educativas (privadas y nacionales) y en estudiantes de otras carreras profesionales (Ingeniería, Derecho, Enfermería, etc.) para poder tener una muestra más representativa referente a los estudiantes universitarios. Asimismo, es importante seguir con las investigaciones para que sigan aclarando la posible relación causa-efecto entre estas variables.

También se recomienda realizar charlas informativas o flyers publicitarios con la finalidad de brindar información y/o dar consejos a los estudiantes universitarios como una herramienta eficaz para prevenir el estrés académico y el consumo de alcohol en riesgo.

Finalmente, es importante que los estudiantes universitarios realicen diversos pasatiempos como técnicas de relajación, mantener un buen sentido del humor, dedicar tiempo a sus hobbies (bailar, cantar, pintar, dibujar, escuchar música, etc.) hacer deporte o actividades recreativas para que así puedan despejar su mente por unos momentos de los estudios y relajarse.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aramburú, R. (2017). *Sentido de vida y consumo problemático de alcohol en alumnos de universidades privadas de lima metropolitana* [Tesis de Licenciatura, Universidad de Lima]. https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/4762/Arambur%c3%ba_Umbert_Rafael.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Armendáriz, N. A., Villar, M. A., Alonso, M. M., Alonso, B. A., & Oliva, N. N. (2012). Eventos estresantes y su relación con el consumo de alcohol en estudiantes universitarios. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 14(2), 97-112. <https://www.redalyc.org/pdf/1452/145226758007.pdf>
- Babor, T., Higgins-Biddle, J., Monteiro, M., & Saunders, J. (2001). En O. M. Salud, *Cuestionario de Identificación de los Trastornos debidos al Consumo de Alcohol* (págs.1-40). https://www.who.int/substance_abuse/activities/en/AUDITmanualSpanish.pdf
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Psicología Científica.com*, 8(17). <https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual/>
- Berrío García, N., & Mazo Zea, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 65-82. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006
- Caldera, J. F., Martínez, G., & Pulido, B. E. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 77-82. http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.pdf
- Campo, A., Villamil, M., & Herazo, E. (2013). Confiabilidad y dimensionalidad del AUDIT en estudiantes de medicina. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 21-35. <https://www.redalyc.org/pdf/213/21328600003.pdf>
- Castaño, G. A., & Calderón Vallejo, G. A. (2014). Problemas asociados al consumo de alcohol en estudiantes universitarios. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 22(5), 739-746. http://www.scielo.br/pdf/rlae/v22n5/es_0104-1169-rlae-22-05-00739.pdf
- Castillo, I. (2015). *Estrés Académico y Consumo de Alcohol en estudiantes de Enfermería de Cartagena*. [Tesis de Licenciatura, Universidad de Cartagena, Cartagena]. <https://repositorio.unicartagena.edu.co/bitstream/handle/11227/2653/INFORME%20FINAL-%20ESTRES%20Y%20CONSUMO%20DE%20ALCOHOL.pdf?sequence=1>
- Castillo, I. Y., Barrios, A., & Alvis, L. R. (2018). Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 20(2). [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20\(2018-II\)/145256681002/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20(2018-II)/145256681002/)
- Ccorihuaman, M. E. (2015). *Características del consumo de bebidas alcohólicas en estudiantes de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Andina*

- del Cusco 2014* [Tesis de Licenciatura, Universidad Andina del Cusco]. http://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/UAC/417/3/Milagros_Tesis_bachiller_2015.pdf
- Chacón, C. A., Rodríguez, M. Á., & Tamayo, R. (2018). *Estrés y rendimiento académico en los estudiantes de primer año de la escuela de medicina de la Universidad Pablo Guardado Chávez* [Tesis de Licenciatura. Universidad Autónoma de Chiapas]. <https://static.elsevier.es/jano/estresyrendimiento.pdf>
- Chesterman, A., de Battista, M., & Causse, E. (2021). Effects of social position and household affordances on COVID-19 lockdown resilience and coping. *Journal of Environmental Psychology*, 78, 1-13. Recuperado de: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0272494421001407>
- Conde, K., & Cremonte, M. (2015). Calidad de los datos de encuestas sobre consumo de alcohol en estudiantes universitarios. *Cadernos de Saúde Pública*, 31(1), 39-47. https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2015000100039&lng=es&tlng=es
- Cortaza, L., & Blanco, F. E. (2020). Consumo de alcohol en mujeres universitarias del Sur del Estado de Veracruz, México. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 22. [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/22%20\(2020\)/145263339023/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/22%20(2020)/145263339023/)
- Cutipa. (20 septiembre del 2018). Hasta 30% de la población universitaria del Perú sufre de impactos en su salud mental por presión académica. *RPP*. Lima, Perú. Recuperado de: <https://rpp.pe/vital/vivir-bien/hasta-30-de-la-poblacion-universitaria-del-peru-sufre-de-impactos-en-su-salud-mental-por-presion-academica-noticia-1151266>
- DEVIDA. (2018). Programa Presupuestal de prevención y tratamiento del consumo de drogas. Lima, Perú. Recuperado de: <https://www.devida.gob.pe/documents/20182/343542/PTCD+2019.pdf>
- Díaz, D. B., Arellanez, J. L., Rodríguez, S. E., & Fernández, C. (2015). Comparación de Tres Modelos de Riesgo de Uso Nocivo de Alcohol en Estudiantes Mexicanos. *Acta de Investigación Psicológica* 5(2), 2047 - 2061. [https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/actas_ip/2015/articulos_b/Acta_Inv_Psicol_2015_5\(2\)_2047_2061_Comparacion_de_Tres_Modelos_de_Riesgo_de_Uso_Nocivo_de_Alcohol.pdf](https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/actas_ip/2015/articulos_b/Acta_Inv_Psicol_2015_5(2)_2047_2061_Comparacion_de_Tres_Modelos_de_Riesgo_de_Uso_Nocivo_de_Alcohol.pdf)
- Emirio, J., Amador, O., Calderon, G., Castañeda, T., Osorio, Y., & Diez, P. (2018). Despersión y su relación con el consumo de sustancias psicoactivas, el estrés académico y la ideación suicida en estudiantes universitarios colombianos. *Health and Addictions*, 18(2), 227-239. <https://doi.org/10.21134/haaj.v18i2.359>
- García Carretero, M. A., Novalbos Ruiz, J. P., Martínez Delgado, J. M., y O'Ferrall González, C. (2016). Validación del test para la identificación de trastornos por uso de alcohol en población universitaria: AUDIT y AUDIT-C. *Adicciones*, 28(4), 194-204. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/2891/289147562002.pdf>
- Gutiérrez, L. X., & Sarmiento, R. J. (2019). *Consumo de bebidas alcohólicas y estrés académico en estudiantes universitarios de los primeros años de una universidad estatal* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de San

- Agustín]. <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/b6e78e1c-bac0-4fa3-9b96-7261a94aa4a1/content>
- Gutiérrez, J. A., & Montoya, L. P., & Toro, B. E., & Briñón, M. A., & Rosas, E., & Salazar, L. E. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *CES Medicina*, 24(1),7-17. <https://www.redalyc.org/pdf/2611/261119491001.pdf>
- Gutiérrez Velez, Y. F., Londoño Martínez, K., & Mazo Zea, R. (2013). Niveles de estrés académico en estudiantes universitarios. *Informes Psicológicos*, 121-134. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5229731.pdf>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). Metodología de la Investigación (6a ed.). México D.F.: Mc Graw Hill Education. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
- Hinojosa García, L., Da Silva Gherardi-Donato, E. C., Alonso Castillo, M. M., Cocenas da Silva, R., García García, P., & Maldonado García, V. (2017). Estresse acadêmico e consumo de álcool em universitários de nova entrada. *Journal Health NPEPS*, 2(1), 133-147. https://www.researchgate.net/profile/Laura_Hinojosa4/publication/323915303_Estres_academico_y_consumo_de_alcohol_en_universitarios_de_nuevo_ingreso/links/5ab267c9aca272171000acc0/Estres-academico-y-consumo-de-alcohol-en-universitarios-de-nuevo-ingreso.pdf
- Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI]. (2015). *Perú: Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles*. Lima. https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1357/libro.pdf
- Jiménez, M. (2013). *Adaptación del Inventario SISCO del Estrés Académico en estudiantes universitarios cubanos* [Tesis de Licenciatura, Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas]. <https://dspace.uclv.edu.cu/bitstream/handle/123456789/203/Tesis%20FINAL%20de%20MARY-%20imprimir.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- León, R. L. (2021). *Nivel de consumo de alcohol y etsrés académico en estudiantes de septimo año de medicina humana de una universidad privada de Arequipa-Perú* [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Santa María, Arequipa]. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12920/11025/70.2733.M.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Licht, V., Soto, S. N., & Angulo, R. (2021). Nivel de estrés y rendimiento académico en estudiantes. *Espacios*, 42(7). Recuperado de: <https://www.revistaespacios.com/a21v42n07/a21v42n07p06.pdf>
- Maceo, O., Maceo, A., Varón, Y. O., Maceo, M., & Peralta, Y. (2013). Estrés académico: causas y consecuencias. *Multimed*, 17(2). <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/302/410>
- Márquez, K. L., Tavarez, D. L., Flores, M., Carreón, M. P., Macías, M. T., & Rodríguez, J. M. (2019). Relación entre estrés académico y consumo de alcohol y tabaco en estudiantes de educación superior. *Lux Médica*, 1-17. <https://revistas.uaa.mx/index.php/luxmedica/article/view/2009/1852>

- Martín, I. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*, 25(1), 87-99.
<https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/117>
- Martínez, E. S., & Díaz, D. A. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y Educadores*, 10(2), 11-22.
<https://www.redalyc.org/pdf/834/83410203.pdf>
- Miller, D. & Arvizu, V. (2016). Ser madre y estudiante. Una exploración de las características de las universitarias con hijos y breves notas para su estudio. *Revista de la educación superior*, 45(177), 17-42.
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-27602016000100017
- National Institutes of health. (septiembre de 2014). Recuperado de:
<https://salud.nih.gov/recursos-de-salud/nih-noticias-de-salud/el-alcohol-en-exceso>
- National Institutes of health. (Enero de 2021). Recuperado de:
<https://www.nia.nih.gov/espanol/soledad-aislamiento-social-consejos-mantenerse-conectado#:~:text=El%20aislamiento%20social%20es%20la,mientras%20est%C3%A1%20con%20otras%20personas.>
- Noreña Estrada, D. F., Villalba Lazor, G. & Amaya Urcuhuaranga, R. A. (2018). *Relación entre el consumo de alcohol y el rendimiento académico en estudiantes universitarios de Huancayo* [Tesis de Maestría, Universidad Continental].
https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/6082/2/IV_PG_MEMDES_TE_Norena_Estrada_2019.pdf
- Olivet, S. (2010). *Estrés académico en estudiantes que cursan primer año del ámbito universitario* [Tesis de Licenciatura, Universidad Abierta Interamericana].
<http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC104100.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (1948). *Constitución de la Organización Mundial de la Salud*. Recuperado de: https://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd46/s-bd46_p2.pdf. [Fecha de consulta: 24 de noviembre de 2019].
- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Global status report on alcohol and health*.
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/112736/9789240692763_eng.pdf;jsessionid=E6E72924B042C35C3E10CBD170E2B551?sequence=1
- Paredes, T. L. (2021). *Estrés académico y consumo de alcohol en estudiantes de psicología en una universidad privada de Ambato* [Tesis de Licenciatura, Pontificia universidad Católica del Ecuador].
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3248/1/77407.pdf>
- Peralta, V. M. & Quizhpi, I. L. (2017). *Consecuencias del consumo de alcohol, en el rendimiento académico en estudiantes de la unidad educativa Manuel J Calle*. [Tesis de Licenciatura, Universidad de Cuenca, Cuenca].
<http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/27209/1/PROYECTO%20E%20INVESTIGACI%C3%93N.pdf>
- Pons, J., & Berjano, E. (1999). *El consumo abusivo de alcohol en la adolescencia: Un modelo explicativo desde la psicología social*. Madrid. Recuperado de:

<https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/publicaciones/catalogo/catalogoPNSD/publicaciones/pdf/cabu.pdf>

- Real Academia Española. (2014). Madrid , España . Recuperado de: <https://www.rae.es/>
- Raya, C., Núñez, N. G., & Álvarez, A. (2018). Características de estrés académico y patrón de consumo de alcohol en estudiantes universitarios. *Jóvenes en la ciencia - Revista de divulgación científica*, 4(1), 231-234. <https://www.jovenesenlaciencia.ugto.mx/index.php/jovenesenlaciencia/article/view/2353>
- Román, C. A., Ortiz, F., & Hernández, Y. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*, 46(7), 1 – 8. <https://doi.org/10.35362/rie4671911>
- Rosales, J. G. (2016). *Estrés académico y hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología de un centro de formación superior privada de lima-sur*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/124/1/ROSALES%20FERNANDEZ.pdf>
- Ruesta, S. (2017). *Abuso de alcohol y estrés académico en estudiantes universitarios de lima metropolitana* [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/9772/Ruesta%20Hospina%20Abuso%20alcohol%20estr%20a9s1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Silva, M. F., López, J. J., & Columba, M. E. (2019). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia de la Universidad Autónoma de Aguascalientes*, 28(79), 75-83. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7689029>
- Tasayco, E. J. (2019). Estrés académico en estudiantes de enfermería del II al VII ciclo de de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga. *Enfermería a la vanguardia*, 7(2), 29-40. <https://revistas.unica.edu.pe/index.php/vanguardia/article/view/203/238>
- Venancio Reyes, G. A. (2018). *Estrés académico en estudiantes de una universidad nacional de lima metropolitana* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. <http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2383/VENANCIO%20REYES%20GUIOVANE%20ANTONIA.pdf?sequence=1&isAllowe>
- World Health Organization: WHO. (2018, 21 September). *Alcohol*. Organización Mundial de la Salud. Obtenido de: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/alcohol>

ANEXOS

ANEXO 1: Operacionalización de variable Estrés académico

Variables	Tipo de variable	Definición conceptual	Instrumento	Dimensiones	Indicador o Punto de corte	Categorización
Estrés académico	Cualitativa Politémica Ordinal	El estrés académico Barraza (como se citó en Márquez, Tavarez, et al. 2019) lo ha definido como “Un proceso sistémico, de carácter adaptativo esencialmente psicológico”, que se presenta detalladamente en tres momentos; el primero, cuando el estudiante se ve sometido en el entorno educativo, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio estudiante son consideradas estresores; el segundo, cuando esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se presenta en una serie de síntomas (indicadores del	Se utilizará como instrumento de investigación el inventario SISCO de estrés académico estandarizada en Lima por Juana Gabriela Rosales Fernández en la Universidad Autónoma del Perú en el año 2016, con una confiabilidad de 0.76 y una validez con resultado menores a 0.5 lo cual indica que la prueba es válida.	El inventario SISCO del Estrés académico consta de 31 ítems distribuidos de la siguiente manera: -Un ítem de filtro en términos dicotómicos (si-no), que permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario. -Un ítem en un escalamiento tipo Likert de cinco valores numéricos (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho), que permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico. -Ocho ítems que, en un escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores. -15 ítems que, en un escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y	0 a 59 60 a 67 68 a 87 88 a 100 101 a más	<i>Muy Bajo</i> <i>Bajo</i> <i>Promedio</i> <i>Alto</i> <i>Muy Alto</i>

		desequilibrio); y el tercero, cuando ese desequilibrio sistémico exige al estudiante a llevar a cabo acciones de afrontamiento para recuperar dicho equilibrio sistémico.		siempre), permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor. -Seis ítems que, en un escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos.		
--	--	---	--	---	--	--

ANEXO 2: Operacionalización de variable Consumo de Alcohol

Variables	Tipo de variable	Definición conceptual	Instrumento	Dimensiones	Indicador o Punto de corte	Categorización
Consumo de alcohol.	Cualitativa Politémica Ordinal	El consumo de alcohol se define como la droga legal de mayor consumo que está asociado con el riesgo de desarrollar problemas de salud tales como trastornos mentales y comportamentales ya que al introducirse al organismo modifica el funcionamiento del sistema nervioso central, las emociones, percepciones y el estado de ánimo, la cual puede llevar a generar dependencia. Asimismo, es una problemática creciente en la población juvenil (OMS, 2018).	Se utilizará el Test de identificación de los trastornos debidos al consumo de alcohol (AUDIT) estandarizada en Huancayo por David Noreña, Giancarlo Villalba y Richard Amaya en la Universidad Continental (UC) en el año 2018. Con una confiabilidad de 0.85 y validez de contenido.	-El Test de identificación de los trastornos debidos al consumo de alcohol (AUDIT) consta de 10 ítems tipo Likert que evalúa las áreas de consumo reciente de alcohol (cantidad, frecuencia), conductas de dependencia y los problemas derivados de su uso.	0-7 8-12 13-40	<i>Consumo sin riesgo</i> <i>Consumo en riesgo</i> <i>Consumo Perjudicial</i>

ANEXO 3: Operacionalización de variables sociodemográficas

Variables Sociodemográfica	Indicadores/Categorías	Clasificación	Instrumento
Sexo	Masculino Femenino	Cualitativa Dicotómica	Ficha Sociodemográfica
Edad	Entre 18-24 De 25 a más	Cualitativa dicotómica	Ficha Sociodemográfica
Estado Civil	Soltero (a) Casado (a) Divorciado (a) Conviviente	Cualitativa Politómica nominal	Ficha Sociodemográfica
Ciclo académico	I II III IV V VI VII VIII IX X	Cualitativa Politómica ordinal	Ficha Sociodemográfica
Trabaja	Si No	Cualitativa Dicotómica	Ficha Sociodemográfica
Presencia de hijos	Si No	Cuantitativa Dicotómica	Ficha Sociodemográfica
Tipo de familia	Nuclear Extendida Monoparental Ensamblada	Cualitativa Politómica nominal	Ficha Sociodemográfica
Frecuencia de consumo de alcohol	Nunca Rara vez Frecuentemente Siempre	Cualitativa Politómica	Ficha Sociodemográfica

**ANEXO 4: Instrumento
INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO**

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes universitarios durante sus estudios. La sinceridad con que respondan será de gran utilidad para la investigación.

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

Sí _____ No _____

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “sí”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

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

1	2	3	4	5

3. En una escala del (1) al (5), donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
La competencia con los compañeros del grupo.					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares.					
La personalidad y el carácter del profesor.					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.).					

El tipo de trabajo que te piden los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.).					
No entender los temas que se abordan en la clase.					
Participación en clase (responder preguntas, exposiciones, etc.).					
Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
Otra (especifique)					

4. En una escala del (1) al (5), donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso:

Reacciones Físicas	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).					
Fatiga crónica (cansancio permanente).					
Dolores de cabeza o migrañas.					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					

Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					

Reacciones Psicológicas	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración.					
Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.					

Reacciones Comportamentales	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.					

Aislamiento de los demás.					
Desgano para realizar las labores escolares.					
Aumento o reducción del consumo de alimentos.					

5. En una escala del (1) al (5), donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo:

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.					
Elogios a sí mismo.					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).					
Búsqueda de información sobre la situación.					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).					

Otra (especifica) _____					
----------------------------	--	--	--	--	--

ANEXO 5: Instrumento

TEST DE IDENTIFICACIÓN DE TRASTORNOS POR CONSUMO DE ALCOHOL (AUDIT)

INSTRUCCIONES: Marque con una X en el cuadro de respuesta que mejor se ajuste a usted según su experiencia. Si considera que ninguna de las alternativas se ajusta de manera exacta, igualmente responda teniendo en cuenta la respuesta más adecuada para su caso.

Preguntas	Respuestas				
	Nunca	Una o menos veces al mes	De 2 a 4 veces al mes	De 2 a 3 veces a la semana	4 o más veces a la semana
1. ¿Con qué frecuencia consume alguna bebida alcohólica? (cerveza, ron, pisco, vino, vodka, etc.)	Nunca	Una o menos veces al mes	De 2 a 4 veces al mes	De 2 a 3 veces a la semana	4 o más veces a la semana
2. ¿Cuántos vasos de bebidas alcohólicas suele tomar en un día de consumo normal?	0, 1 ó 2	3 ó 4	5 ó 6	7, 8 ó 9	10 o más
3. ¿Con qué frecuencia toma 6 o más vasos de bebidas alcohólicas en un solo día?	Nunca	Menos de una vez al mes	Una vez al mes	Una vez a la semana	A diario o casi a diario
4. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, le ha sido imposible parar de beber una vez que había empezado?	Nunca	Menos de una vez al mes	Una vez al mes	Una vez a la semana	A diario o casi a diario
5. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, ha dejado de hacer lo que se esperaba de usted porque había bebido?	Nunca	Menos de una vez al mes	Una vez al mes	Una vez a la semana	A diario o casi a diario
6. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, ha necesitado beber en la mañana para sentirse mejor después de haber bebido mucho el día anterior?	Nunca	Menos de una vez al mes	Una vez al mes	Una vez a la semana	A diario o casi a diario
7. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, ha tenido remordimientos o sentimientos de culpa después de haber bebido?	Nunca	Menos de una vez al mes	Una vez al mes	Una vez a la semana	A diario o casi a diario
8. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, no ha podido recordar lo que sucedió la noche anterior porque había estado bebiendo?	Nunca	Menos de una vez al mes	Una vez al mes	Una vez a la semana	A diario o casi a diario
9. Usted o alguna otra persona ha resultado físicamente herido porque usted había bebido?	No	-	Si, pero no en el curso del último año	-	Si, en el último año
10. ¿Algún familiar, amigo, médico o profesional de la salud ha mostrado preocupación por su consumo de bebidas alcohólicas o le ha sugerido que deje de beber?	No	-	Si, pero no en el curso del último año	-	Si, en el último año

¡MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!

ANEXO 6: Ficha Sociodemográfica

<u>Ficha sociodemográfica</u>	
Estimado estudiante, a continuación, encontrará una serie de preguntas relacionada a su persona. Responder con sinceridad.	
1. Indicar cuál es su sexo:	5. Trabaja:
Masculino	Si
Femenino	No
2. ¿Cuántos años tienes?	6. Presencia de hijos:
Entre 18-24	Si
De 25 a más	No
3. Estado civil:	7. Tipo de familia
Soltero(a)	Nuclear
Casado(a)	Extendida
Divorciado(a)	Monoparental
Conviviente	Ensamblada
4. Ciclo Académico:	8. ¿Consume alcohol en reuniones sociales?
I	Nunca
II	Rara vez
III	Frecuentemente
IV	Siempre
V	
VI	
VII	
VIII	
IX	
X	

ANEXO 7: Consentimiento Informado

Consentimiento informado

La presente investigación es conducida por Carrasco Chirinos Ariany Camila, perteneciente a la Universidad Católica Sedes Sapientiae. El objetivo principal de este estudio es determinar si existe relación entre el estrés académico y consumo de alcohol es estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de Lima Norte.

Al colaborar usted con esta investigación, deberá responder preguntas de cuestionarios, lo cual se realizará mediante el Inventario SISCO de estrés Académico y el Test de identificación de los trastornos debidos al consumo de alcohol (AUDIT). Esto tomará aproximadamente 20 minutos de su tiempo.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Si tiene alguna duda sobre este proyecto, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador a través del siguiente correo: arianycarrasco@gmail.com.

Además, su participación en este estudio no implica ningún riesgo de daño físico ni psicológico para usted, y se tomarán todas las medidas que sean necesarias para garantizar el respeto de quienes participen del estudio.

Acepto participar voluntariamente:

No acepto participar voluntariamente:

Desde ya le agradecemos su participación.

Matriz de Consistencia
“Estrés académico y consumo de alcohol en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte”

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables e Indicadores	Población y Muestra	Alcance y Diseño	Instrumentos	Análisis Estadístico
<p>Problema general: ¿Existe relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de Lima Norte?</p> <p>Problemas específicos: 1. ¿Cuál es el nivel de estrés académico que predomina en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte? 2. ¿Qué categoría de consumo de alcohol predomina en los estudiantes</p>	<p>Objetivo general: Determinar la relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes universitarios de Lima Norte.</p> <p>Objetivo específico: 1. Identificar el nivel de estrés académico que predomina entre los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte. 2. Identificar la categoría de consumo de alcohol que predomina en los estudiantes universitarios de la carrera de</p>	<p>Hi: Existe relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de Lima Norte. Ho: No Existe relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de Lima Norte. Hipótesis Específicas: HI 1: Existe relación entre estrés académico y las variables sociodemográficas en los estudiantes</p>	<p>Variable Estrés académico: Cualitativa Politómica Ordinal, con dimensiones: <i>estresores, síntomas (reacciones físicas, reacciones psicológicas, reacciones comportamentales) y afrontamiento</i>, categorizándolas en niveles: <i>muy bajo, bajo, promedio, alto y muy alto.</i></p> <p>Variable Consumo de alcohol: Cualitativa Politómica Ordinal, con sus niveles: <i>Consumo sin riesgo,</i></p>	<p>Se encuestarán a 230 estudiantes del I al X ciclo de una Universidad Privada de Lima Norte a partir de los 18 años.</p> <p>Tipo de muestreo: - No Probabilístico intencional</p> <p>Criterios de inclusión: -Estudiantes que tengan de 18 años a más -Que sean de ambos sexos -Estudiantes que se encuentren entre el I y X ciclo. -Estudiantes que pertenezcan a la carrera de Psicología.</p> <p>Criterios de exclusión:</p>	<p>Alcance: Correlacional</p> <p>Diseño: De corte Transversal</p>	<p>Para la variable Estrés académico: -Inventario SISCO de estrés académico, con una confiabilidad de 0.76 y una validez con resultado menores a 0.5 lo cual indica que la prueba es válida.</p> <p>Para la variable consumo de alcohol: -Test de identificación de los trastornos debidos al</p>	<p>Para el análisis estadístico se utilizará el programa estadístico STATA versión 15. Para el análisis descriptivo se calcularán en frecuencia y porcentaje. Asimismo, para determinar si existe relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol,</p>

<p>universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte?</p> <p>3. ¿Existe relación entre el estrés académico y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte?</p> <p>4. ¿Existe relación entre el consumo de alcohol y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte?</p> <p>5. ¿Existe relación entre las dimensiones del estrés académico y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la</p>	<p>psicología de Lima Norte.</p> <p>3. Determinar si existe relación entre el estrés académico y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte.</p> <p>4. Determinar si existe relación entre el consumo de alcohol y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte.</p> <p>5. Determinar si existe relación entre las dimensiones del estrés académico y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la</p>	<p>universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte.</p> <p>Ho 1: No existe relación entre el estrés académico y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte.</p> <p>HI 2: Existe relación entre el consumo de alcohol y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte.</p> <p>Ho 2: No existe relación entre el consumo de alcohol y las variables sociodemográficas en los estudiantes</p>	<p><i>Consumo en riesgo y Consumo Perjudicial</i></p>	<p>-Estudiantes no hayan aceptado participar en la investigación.</p> <p>-Que se hayan olvidado de firmar el consentimiento informado</p> <p>-Que no hayan respondido adecuadamente los instrumentos</p> <p>-Estudiantes que no hayan consumido alcohol alguna vez en su vida.</p>		<p>consumo de alcohol (AUDIT) con una confiabilidad de 0.85 y validez de contenido.</p>	<p>se realizará la prueba estadística X_2 (chi cuadrado)</p>
--	---	---	---	--	--	---	---

carrera de psicología de Lima Norte?	carrera de psicología de Lima Norte.	universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte. HI 3: Existe relación entre las dimensiones del estrés académico y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte Ho 3: No existe relación entre las dimensiones del estrés académico y las variables sociodemográficas en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte.					
--------------------------------------	--------------------------------------	---	--	--	--	--	--