

UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



**Estrés académico y estrategias de afrontamiento en
adolescentes de una institución educativa pública
en el distrito de Puente Piedra - Zapallal, 2022**

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

AUTORES

**Johana Eugenia Guerrero Fajardo
Nayeli Mishell Valladares Mata**

ASESORA

María del Rosario Salazar Farfán

Lima, Perú
2024

METADATOS COMPLEMENTARIOS

Datos de los Autores

Autor 1

Nombres	Johana Eugenia
Apellidos	Guerrero Fajardo
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	74492722
Número de Orcid (opcional)	https://orcid.org/0009-0002-9713-5755

Autor 2

Nombres	Nayeli Mishell
Apellidos	Valladares Mata
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	74842695
Número de Orcid (opcional)	https://orcid.org/0009-0004-8279-8809

Autor 3

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Autor 4

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Datos de los Asesores

Asesor 1

Nombres	María del Rosario
Apellidos	Salazar Farfán
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	10690956
Número de Orcid (Obligatorio)	https://orcid.org/0000-0002-7311-0863

Asesor 2

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (Obligatorio)	

Datos del Jurado

Presidente del jurado

Nombres	Cecilia Helen
Apellidos	Valqui Sanchez
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	43173379

Segundo miembro

Nombres	Caroline Gabriela
Apellidos	Marin Cipriano
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	47207503

Tercer miembro

Nombres	Roger Joaquin
Apellidos	Angulo Salas
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	71579514

Datos de la Obra

Materia*	estrés, estrategias de afrontamiento, adolescentes, secundaria
Campo del conocimiento OCDE Consultar el listado: Enlace	https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00
Idioma	SPA - español
Tipo de trabajo de investigación	Tesis
País de publicación	PE - PERÚ
Recurso del cual forma parte(opcional)	
Nombre del grado	Licenciado en Psicología
Grado académico o título profesional	Título Profesional
Nombre del programa	Psicología
Código del programa Consultar el listado: Enlace	313016

***Ingresar las palabras clave o términos del lenguaje natural (no controladas por un vocabulario o tesauro).**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**PROGRAMA DE ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA
SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA LICENCIATURA****ACTA N° 144-2024**

En la ciudad de Lima, a los seis días del mes de Setiembre del año dos mil veinticuatro, siendo las 15:45 horas, las Bachilleres Guerrero Fajardo, Johana Eugenia y Valladares Mata, Nayeli Mishell sustentan su tesis denominada **“Estrés académico y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una Institución Educativa pública en el distrito de Puente piedra - Zapallal, 2022”** para obtener el Título Profesional de Licenciado en Psicología, del Programa de Estudios de Psicología.

El jurado calificó mediante votación secreta:

- | | |
|--|--------------------|
| 1.- Prof. Cecilia Helen Valqui Sanchez | APROBADO : REGULAR |
| 2.- Prof. Caroline Gabriela Marin Cipriano | APROBADO : BUENO |
| 3.- Prof. Roger Joaquin Angulo Salas | DESAPROBADO |

Se contó con la participación del asesor:

- 4.- Prof. María del Rosario Salazar Farfán

Habiendo concluido lo dispuesto por el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica Sedes Sapientiae y siendo las 17:25 horas, el Jurado da como resultado final, la calificación de:

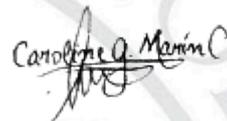
APROBADO : REGULAR

Es todo cuanto se tiene que informar.



Prof. Cecilia Helen Valqui Sanchez

Presidente



Prof. Caroline Gabriela Marin Cipriano



Prof. Roger Joaquin Angulo Salas



Prof. María del Rosario Salazar Farfán

Lima, 06 de Setiembre del 2024

Anexo 2

CARTA DE CONFORMIDAD DE LA ASESORA DE TESIS CON INFORME DE EVALUACIÓN DEL SOFTWARE ANTIPLAGIO

Ciudad, 20 de julio de 2024

Señor,
Yordanis Enriquez Canto
Jefe del Departamento de Investigación
Facultad de Ciencias de la Salud

Reciba un cordial saludo.

Sirva el presente para informar que la tesis, bajo mi asesoría, con título: Estrés académico y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una institución Educativa pública en el distrito de Puente Piedra - Zapallal, 2022, presentado por Johana Eugenia Guerrero Fajardo (código de estudiante: 2018101657 y DNI: 74492722) Nayeli Mishell Valladares Mata (código de estudiante: 2018102270 y DNI: 74842695) para optar el título profesional de Licenciado en Psicología, ha sido revisado en su totalidad por mi persona y **CONSIDERO** que el mismo se encuentra **APTO** para ser sustentado ante el Jurado Evaluador.

Asimismo, para garantizar la originalidad del documento en mención, se le ha sometido a los mecanismos de control y procedimientos antiplagio previstos en la normativa interna de la Universidad, **cuyo resultado alcanzó un porcentaje de similitud de 1 %** (uno por ciento). * Por tanto, en mi condición de asesora, firmo la presente carta en señal de conformidad y adjunto el informe de similitud del Sistema Antiplagio Turnitin, como evidencia de lo informado.

Sin otro particular, me despido de usted. Atentamente,



María del Rosario Salazar Farfán

Firma del Asesor (a)

DNI N°: 10690956

ORCID: orcid.org/0000-0002-7311-0863

Facultad de Ciencias de la Salud

* De conformidad con el artículo 8°, del Capítulo 3 del Reglamento de Control Antiplagio e Integridad Académica para trabajos para optar grados y títulos, aplicación del software antiplagio en la UCSS, se establece lo siguiente:

Artículo 8°. Criterios de evaluación de originalidad de los trabajos y aplicación de filtros

El porcentaje de similitud aceptado en el informe del software antiplagio para trabajos para optar grados académicos y títulos profesionales, será máximo de veinte por ciento (20%) de su contenido, siempre y cuando no implique copia o indicio de copia.

ESTRÉS ACADÉMICO Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN
ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA EN EL
DISTRITO PUENTE PIEDRA - ZAPALLAL, 2022

DEDICAMOS A:

A nuestros padres, por confiar y apoyarnos incondicionalmente durante la preparación profesional y ser uno los principales pilares para el éxito de nuestras vidas; de igual forma, a nuestros abuelos, por el cuidado, amor y valores que nos representan. Todo este trabajo fue posible gracias a ellos.

AGRADECIMIENTO:

A Dios, por habernos otorgado la dicha de existir, y guiarnos durante todo el camino para alcanzar una de nuestras grandes metas en la vida; a nuestros padres, por habernos educado por el camino del éxito a través de su ejemplo personal y laboral; a nuestra docente y asesora, María del Rosario Salazar Farfán, por su asesoría teórica, metodológica y gran paciencia en la ejecución de esta investigación. Estamos agradecidas con todos.

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de una institución educativa pública en el distrito Puente Piedra- Zapallal, 2022. **Materiales y métodos:** Estudio de tipo correlacional de corte transversal. La muestra censal estuvo conformada por 250 estudiantes del 4.º y 5.º de secundaria de una I.E. pública. Las técnicas de investigación empleadas fueron las pruebas estandarizadas a la realidad peruana: El inventario SISCO del estrés académico y la escala de afrontamiento para adolescentes (ACS); mientras que, para el análisis de datos, se utilizó el programa estadístico STATA Versión 15. Se empleó la prueba estadística Shapiro-Wilk, ANOVA y Chi - cuadrado. **Resultados:** Se encontró asociación significativa entre el estrés académico total y las estrategias de reducción de la tensión ($p=0.000$) y autoinculparse ($p=0.000$). También, la dimensión estresores se relacionó con las estrategias distracción física ($p=0.000$) y reservárselo para sí ($p=0.000$). Asimismo, la dimensión síntomas o reacciones se asoció con las estrategias autoinculparse ($p=0.000$) y reservárselo para sí ($p=0.000$). Finalmente, la población estudiantil femenina (80.3%) presenta un mayor nivel moderado de estrés académico. **Conclusión:** A pesar de que las mujeres puntuaron un mayor nivel de estrés, en ambos sexos este aumentará progresivamente cuando el adolescente utilice estrategias dirigidas a resolver el problema de forma improductiva. Se sugiere programas preventivos y talleres de habilidades sociales que permitan potenciar el control de emociones, autoestima y generar estrategias adecuadas de afrontamiento en los estudiantes.

Palabras clave: estrés, estrategias de afrontamiento, adolescentes, secundaria.

ABSTRACT

Objective: To determine the relationship between academic stress and coping strategies in student districts of a public educational institution in Puente Piedra-Zapallal, 2022. **Materials and methods:** Correlational cross-sectional study. The census sample consisted of 250 students from the 4th and 5th grade of secondary school from an I.E. public. The research techniques used were the tests standardized to the Peruvian reality: the SISCO Inventory of Academic Stress and the Coping Scale for adolescents (ACS); while, for the data analysis, the statistical program STATA Version 15 was extracted. The Shapiro-Wilk, ANOVA and Chi-square statistical test were used. **Results:** A significant association was found between total academic stress and stress reduction strategies ($p=0.000$) and self-incrimination ($p=0.000$). Also, the stressor dimension is related to the strategies Physical distraction ($p=0.000$) and Reserve it for oneself ($p=0.000$). Likewise, the dimension or reactions were associated with the self-blaming strategies ($p=0.000$) and reserving it to oneself ($p=0.000$). Finally, the female student population (80.3%) presents a higher moderate level of academic stress. **Conclusion:** Despite the fact that women scored a higher level of stress, in both sexes it progressively deteriorated when the adolescent uses strategies aimed at solving the problem in an unproductive way. Preventive programs and social skills workshops are suggested to enhance the control of emotions, self-esteem and generate adequate coping strategies in students.

Keywords: Stress, coping strategies, adolescents, high school.