

**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
ESCUELA DE POSGRADO
UNIDAD DE POSGRADO DE LA FACULTAD DE
CIENCIAS DE LA SALUD**



**“AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS DURANTE LA
PANDEMIA COVID-19 EN ESTUDIANTES DEL QUINTO
GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA CÉSAR VALLEJO N°2071 LOS OLIVOS -
LIMA, 2022”**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE
MAESTRO EN SALUD PÚBLICA**

AUTORES:

**STEPHANI AYLEN CHAVEZ ORELLANA
JACKELINE ROXANA URBIZAGASTEGUI MALLQUI**

Callao, 2022

PERÚ

HOJA DE REFERENCIA DEL JURADO Y APROBACIÓN

MIEMBROS DEL JURADO DE SUSTENTACIÓN:

- | | |
|--|------------|
| 1. DR. HERNÁN CORTEZ GUTIÉRREZ: | PRESIDENTE |
| 2. DR. CESAR ÁNGEL DURAND GONZALES: | SECRETARIO |
| 3. MG. LAURA MATAMOROS SAMPEN: | MIEMBRO |
| 4. DRA. MERCEDES LULILEA FERRER MEJÍA: | MIEMBRO |

ASESOR:

DRA. JUANA GLADYS MEDINA MANDUJANO

N° DE LIBRO: 001 -FOLIO:N°378

N° DE ACTA: N 040-2022

FECHA DE SUSTENTACIÓN: 26 de Julio de 2022

DEDICATORIA

Esta tesis la dedicamos al principal forjador de nuestro camino, a Dios, quien nos acompaña día a día y nos brinda las fortalezas necesarias para seguir en medio de las adversidades.

A nuestros Padres, quienes han sido el pilar fundamental para seguir nuestros proyectos de vida y estar con nosotras en los momentos más difíciles, brindándonos su apoyo incondicional.

AGRADECIMIENTO

Agradecer a nuestras familias por su constante apoyo, comprensión y estímulo constante durante todos los años de estudio.

A nuestros docentes por la preparación constante y paciencia para el logro de nuestros objetivos; a fin de poder culminar con la realización de este trabajo de investigación.

INDICE

TABLAS DE CONTENIDO.....	3
TABLAS DE GRÁFICO.....	4
RESUMEN.....	5
INTRODUCCIÓN.....	7
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	8
1.1 Determinación del problema	8
1.2 Formulación del problema	10
1.3 Objetivos de la investigación	11
1.4 Justificación	11
1.5 Limitantes de la investigación	12
II. MARCO TEÓRICO	13
2.1 Antecedentes	13
2.2 Bases Teóricas	22
2.3 Bases Conceptuales	26
2.4 Definiciones	32
III. HIPÓTESIS Y VARIABLES	33
3.1. Hipótesis general e hipótesis específicas.....	33
3.2 Definición conceptual de variables.....	34
3.2.1. Operacionalización de variables.....	34
IV. DISEÑO METODOLÓGICO.....	37
4.1 Tipo y diseño de investigación	37
4.2 Método de la investigación	38
4.3 Población y muestra	38
4.4 Lugar de estudios y periodo desarrollado	39
4.5 Técnicas e instrumentos para la recolección de datos	39
4.6 Análisis y procesamiento de datos.....	40
V. RESULTADOS	41
5.1 Resultados Descriptivos	41
5.2 Resultados inferenciales.....	69
VI. DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	73
6.1 Contrastación y demostración de la hipótesis con los resultados.....	73
6.2 Contrastación de los resultados con otros estudios similares	75

6.3 Responsabilidad ética de acuerdo con los reglamentos vigentes.....	77
CONCLUSIONES	78
RECOMENDACIONES	79
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	80
ANEXOS.....	85
ANEXO 1	
MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	85
ANEXO 2	
CALCULO DE CONFIABILIDAD DE LOS INSTRUMENTOS VALIDADOS.....	88
ANEXO 3	
PRUEBA DE NORMALIDAD	89
ANEXO 4	
ESCALA DE AFRONTAMIENTO PARA ADOLESCENTES (ACS)	90
ANEXO 5	
FICHA TÉCNICA DE LA ESCALA DE AFRONTAMIENTO PARA ADOLESCENTES (ACS).....	94
ANEXO 6	
ESCALA MAGALLANES DE NIVEL DE ESTRÉS EN ADOLESCENTES (EMEST)	96
ANEXO 7	
FICHA TÉCNICA ESCALA MAGALLANES DE NIVEL DE ESTRÉS EN ADOLESCENTES (EMEST)	98
ANEXO 8	
CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	99
ANEXO 9	
BASE DE DATOS	
VARIABLE AFRONTAMIENTO	100
VARIABLE ESTRÉS.....	101
ANEXO 10	
CARTA DE PRESENTACIÓN.....	102
ANEXO 11	
RANGOS DE REFERENCIA	103

TABLAS DE CONTENIDO

Tabla 1: Afrontamiento	42
Tabla 2: Estilo de Afrontamiento Resolver el Problema	43
Tabla 3: Estilo de Afrontamiento en relación con los demás	44
Tabla 4: Estilo de Afrontamiento improductivo	45
Tabla 5: Concentrarse en resolver el problema (Rp).....	46
Tabla 6: Esforzarse y tener éxito (Es)	47
Tabla 7: Invertir en amigos íntimos (Ai)	48
Tabla 8: Buscar pertenencia (Pe).....	49
Tabla 9: Fijarse en lo positivo (Po)	50
Tabla 10: Buscar diversiones relajantes (Dr).....	51
Tabla 11: Distracción física (Fi)	52
Tabla 12: Buscar apoyo social (As).....	53
Tabla 13: Acción social (So).....	54
Tabla 14: Buscar apoyo espiritual (Ae)	55
Tabla 15: Buscar ayuda profesional (Ap)	56
Tabla 16: Preocuparse (Pr)	57
Tabla 17: Hacerse ilusiones (Hi)	58
Tabla 18: Falta de afrontamiento (Na).....	59
Tabla 19: Ignorar el problema (Ip)	60
Tabla 20: Reducción de la tensión (Rt)	61
Tabla 21: Reservarlo para sí (Re)	62
Tabla 22: Autoinculparse (Cu).....	63
Tabla 23: Estrés	64
Tabla 24: Fisiológicas	65
Tabla 25: Físicas	66
Tabla 26: Psicológicas	67
Tabla 27: Comportamentales	68
Tabla 28: Correlación entre el Afrontamiento y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima 2022	69
Tabla 29: Correlación entre el estilo de Afrontamiento Resolver el Problema y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022	70
Tabla 30: Correlación entre el estilo de Afrontamiento en relación con los demás y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima 2022	71
Tabla 31: Correlación entre el estilo de Afrontamiento Improductivo y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima 2022.....	72

TABLAS DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1: Afrontamiento	42
Gráfico N° 2: Resolver el problema	43
Gráfico N° 3: Estilo de Afrontamiento en relación con los demás	44
Gráfico N° 4: Estilo de Afrontamiento improductivo.....	45
Gráfico N° 5: Concentrarse en resolver el problema (Rp)	46
Gráfico N° 6: Esforzarse y tener éxito (Es).....	47
Gráfico N° 7: Invertir en amigos íntimos (Ai)	48
Gráfico N° 8: Buscar pertenencia (Pe)	49
Gráfico N° 9: Fijarse en lo positivo (Po)	50
Gráfico N° 10: Buscar diversiones relajantes (Dr)	51
Gráfico N° 11: Distracción física (Fi)	52
Gráfico N° 12: Buscar apoyo social (As)	53
Fuente: Elaboración Propia.....	53
Gráfico N° 13: Acción social (So)	54
Fuente: Elaboración Propia.....	54
Gráfico N° 14: Buscar apoyo espiritual (Ae).....	55
Fuente: Elaboración Propia.....	55
Gráfico N° 15: Buscar ayuda profesional (Ap).....	56
Fuente: Elaboración Propia.....	56
Gráfico N° 16: Preocuparse (Pr)	57
Fuente: Elaboración Propia.....	57
Gráfico N° 17: Hacerse ilusiones (Hi).....	58
Fuente: Elaboración Propia.....	58
Gráfico N° 18: Falta de afrontamiento (Na)	59
Gráfico N° 19: Ignorar el problema (Ip)	60
Gráfico N° 20: Reducción de la tensión (Rt).....	61
Gráfico N° 21: Reservarlo para sí (Re).....	62
Gráfico N° 22: Autoinculparse (Cu)	63
Gráfico N° 23: Estrés	64
Gráfico N° 24: Fisiológicas	65
Gráfico N° 25: Físicas	66
Gráfico N° 26: Psicológicas.....	67
Gráfico N° 27: Comportamentales	68

RESUMEN

La presente investigación es de tipo cuantitativo, descriptivo, correlacional, no experimental, de corte transversal. Tuvo como objetivo principal determinar la relación entre el afrontamiento y el estrés durante la pandemia Covid - 19 en estudiantes del Quinto Grado de Secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022. La población y la muestra estuvo conformada por 50 estudiantes del quinto grado de educación secundaria de la institución, sin criterios de exclusión; a quienes se les aplicó dos cuestionarios: ESCALAS DE AFRONTAMIENTO PARA ADOLESCENTES, constó de 80 preguntas, y ESCALA MAGALLANES DE ESTRÉS, constó de 15 preguntas; adaptado y validado para el contexto peruano, para la recolección de datos se usa la técnica de la encuesta y como instrumentos dos cuestionarios tipo Likert. En cuanto a los resultados que se presentaron fueron: Según la variable afrontamiento: El 56.0% considera que su nivel de afrontamiento frente al estrés es moderado, 28.0% alto y 16.0% bajo, con respecto a la dimensión resolver el problema, un 60.0% tienen un nivel moderado, 24.0% bajo y 16.0% alto; la dimensión afrontamiento en relación con los demás, un 50.0% tienen un nivel moderado, 26.0% alto y 24.0% bajo; y la dimensión afrontamiento improductivo, un 56.0% tienen un nivel moderado, 22.0% alto y 22.0% bajo. Conclusiones: se logró determinar que el afrontamiento no tiene relación con el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071, debido a que la significancia (0.426) hallada es mayor a 5%.

Palabras claves: *afrontamiento y estrés*

ASTRATTO

Esta pesquisa é quantitativa, descritiva, correlacional, não experimental, transversal. Seu principal objetivo foi determinar a relação entre enfrentamento e estresse durante a pandemia de Covid - 19 em alunos da Quinta Série do Ensino Médio da Instituição Educacional César Vallejo nº 2071 Los Olivos - Lima, 2022. A população e a amostra consistiram em 50 alunos da quinta série do ensino médio da instituição, sem critérios de exclusão; a quem foram aplicados dois questionários: ESCALAS DE ENFRENTAMENTO PARA ADOLESCENTES, composta por 80 questões, e ESCALA DE STRESS DE MAGALLANES, composta por 15 questões; adaptado e validado para o contexto peruano, a técnica de survey é utilizada para coleta de dados e dois questionários do tipo Likert são utilizados como instrumentos. Em relação aos resultados que foram apresentados foram: De acordo com a variável de enfrentamento: 56,0% consideram que seu nível de enfrentamento do estresse é moderado, 28,0% alto e 16,0% baixo, com relação à dimensão resolver o problema, 60,0% têm um nível moderado nível, 24,0% baixo e 16,0% alto; na dimensão enfrentamento em relação às demais, 50,0% apresentam nível moderado, 26,0% alto e 24,0% baixo; e na dimensão de enfrentamento improdutivo, 56,0% apresentam nível moderado, 22,0% alto e 22,0% baixo. Conclusões: foi possível determinar que o enfrentamento não está relacionado ao estresse em alunos do quinto ano do ensino médio da Instituição Educacional César Vallejo nº 2071, pois a significância (0,426) encontrada é superior a 5%.

Palavras-chave: enfrentamento e estresse

INTRODUCCIÓN

El afrontamiento como herramienta principal para el manejo del estrés durante la pandemia covid-19 ha sido crucial en estudiantes por los cambios radicales que se dieron de un momento a otro.

La pandemia del Covid19 en los diferentes ámbitos de la vida del ser humano ha sido nefasto; sin embargo, el mayor impacto se ha dado en la salud mental, afectando particularmente a las personas más vulnerables, como la población infantil y adolescente.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define al fenómeno del estrés como las reacciones fisiológicas que en su conjunto preparan al organismo para la acción (OMS, 1994). Considerado desde este punto de vista, el estrés sería una alarma, un estímulo que conduce a la acción, una respuesta necesaria para la supervivencia, respuesta que puede ser coherente con las demandas del entorno, o bien, insuficientes o exageradas.

Cuando esta respuesta natural se da en exceso se produce una sobrecarga de tensión que repercute en el organismo humano y provoca la aparición de enfermedades y anomalías patológicas que impiden el normal desarrollo y funcionamiento del cuerpo humano. Algunos ejemplos son los olvidos (incipientes problemas de memoria), alteraciones en el ánimo, nerviosismo y falta de concentración, en las mujeres puede producir cambios hormonales importantes como dolores en abdominales inferiores, entre otros síntomas. ⁽¹⁾

Por lo que decidimos realizar la presente investigación AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 EN ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA CÉSAR VALLEJO N°2071 LOS OLIVOS - LIMA, 2022; buscando investigar la relación que existe entre el afrontamiento y el estrés; este trabajo de investigación está estructurado por las siguientes partes: I. Planteamiento del Problema, II. Marco teórico, III. Hipótesis y variables, IV. Diseño Metodológico, V. Resultados, VI. Discusión de Resultados, VII. Conclusiones, VIII. Recomendaciones, IX. Referencia Bibliográficas y Anexos.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Determinación del problema

La escuela es la principal fuente de estrés para los adolescentes que generalmente se combinan con el ámbito familiar u otros. Los adolescentes experimentan síntomas emocionales y físicos de estrés, incluyendo sentirse nerviosos o ansiosos, sentirse cansados, postergar o descuidar responsabilidades, sentirse abrumados, tener pensamientos negativos y experimentar cambios en los hábitos de sueño. Es normal experimentar estrés de vez en cuando. Sin embargo, si el estrés permanece intenso durante un tiempo prolongado, puede tener efectos negativos y duraderos sobre la salud. El estrés crónico (a largo plazo) puede causar ansiedad, presión arterial alta o un sistema inmune debilitado, y puede contribuir a enfermedades como la depresión, la obesidad y las enfermedades del corazón. ⁽²⁾

Los conflictos familiares y sentimentales, así como problemas en el estudio, el subempleo y la corrupción son factores que condicionan la aparición del estrés y la tensión entre los adolescentes peruanos, según lo indica el Dr. Freddy Vásquez Gómez, médico psiquiatra del Instituto Especializado de Salud Mental (IESM) “Honorio Delgado – Hideyo Noguchi” y jefe del programa de prevención del suicidio.

El especialista indicó que los estudios de salud mental realizados en el país dan cuenta que los factores citados son los principales estresores en el 15 y 20% de los adolescentes peruanos, quienes presenta un alto grado de tensión y estrés, siendo mayor y permanente entre los jóvenes que viven en la capital, en comparación a los de provincias. ⁽³⁾

Asimismo, en un estudio epidemiológico de salud mental de niños y adolescentes peruanos, publicado por el Instituto Nacional de Salud Mental (INSM) en 2007, sostenía que la prevalencia de presentar algún problema de salud mental, en Lima y Callao, variaba entre 20,3%, 18,7% y 14,7% en los grupos de edad 1,6 a 5 años, 6 a 10 años y 11 a 17 años, respectivamente.

Caballero Peralta explica que no es posible comparar directamente ambos resultados, debido a que se emplearon diferentes metodologías (la investigación de 2007 se realizó a través de un censo casa por casa, y la más reciente con una encuesta, de manera virtual). Sin embargo, la especialista sostiene que “sí se ha evidenciado una mayor presencia de problemas de salud mental [durante la pandemia de Covid-19]. Y, además, los reportes más actuales son consistentes con otros estudios internacionales” (4)

Algunos estudios como el realizado por Save The Children en 6000 menores de edad de diferentes países afectados por la pandemia, ha revelado que uno de cada cuatro niños sufre de ansiedad en el contexto del confinamiento por la COVID-19. Sin embargo, debemos tener en cuenta que, frente a situaciones de crisis, como la que vivimos, niños, niñas y adolescentes también son capaces de afrontar de modo positivo la adversidad, ampliar sus capacidades, tener respuestas flexibles, mostrar autodeterminación y tolerancia, así como mantener aspiraciones educativas y valores. (5)

Frente al contexto actual de la emergencia sanitaria se ha visto la necesidad de poder realizar este presente estudio en los adolescentes, ya que su salud mental es crucial para su desarrollo y sus relaciones futuras.

Según la OMS, los adolescentes sufren trastornos emocionales a menudo. Los trastornos de ansiedad (se pueden presentar como ataques de pánico o preocupaciones excesivas) son más frecuentes a esta edad. Se calcula que el 3,6% de los adolescentes de 10 a 14 años y el 4,6% de los de 15 a 19 años padece un trastorno de ansiedad. Asimismo, se calcula que el 1,1% de los adolescentes de 10 a 14 años y el 2,8% de los de 15 a 19 años padecen depresión. La depresión y la ansiedad presentan algunos síntomas iguales, como son cambios rápidos e inesperados en el estado de ánimo. (6)

Por otro lado, el Instituto Nacional de Salud Mental “Honorio Delgado – Hideyo Noguchi” informa que algunos estudios sobre las repercusiones psicológicas de la pandemia en niños y adolescente aún son incipientes. Kumar Saurabh et al, 2020 al estudiar los efectos de la cuarentena en niños y adolescentes encuentra que estos presentan niveles de estrés superiores a los que no

hicieron la cuarentena, asimismo los sentimientos más comúnmente experimentados fueron preocupación (68.5%), desesperanza (66.1%) y miedo (61.9%).⁽⁷⁾

Por todo lo expuesto anteriormente, se formula la siguiente interrogante ¿Cuál es la relación entre el afrontamiento y el estrés durante la pandemia Covid - 19 en estudiantes del Quinto Grado de Secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022?

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema General

- ¿Cuál es la relación entre el afrontamiento y el estrés durante la pandemia Covid - 19 en estudiantes del Quinto Grado de Secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022?

1.2.2 Problemas Específicos

- ¿Cuál es la relación entre el estilo de afrontamiento resolver el problema y el estrés durante la pandemia Covid-19 en estudiantes del Quinto Grado de Secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022?
- ¿Cuál es la relación entre el estilo de afrontamiento en relación con los demás y el estrés durante la pandemia Covid-19 en estudiantes del Quinto Grado de Secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022?
- ¿Cuál es la relación entre el estilo de afrontamiento improductivo y el estrés durante la pandemia Covid-19 en estudiantes del Quinto Grado de Secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo General

- Determinar la relación entre el afrontamiento y el estrés durante la pandemia Covid - 19 en estudiantes del Quinto Grado de Secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022.

1.3.2 Objetivos Específicos

- Identificar la relación entre el estilo de afrontamiento resolver el problema y el estrés durante la pandemia Covid-19 en los estudiantes del Quinto Grado de Secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022.
- Identificar la relación entre el estilo de afrontamiento en relación con los demás y el estrés durante la pandemia Covid-19 en los estudiantes del Quinto Grado de Secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022.
- Identificar la relación entre el estilo de afrontamiento improductivo y el estrés durante la pandemia Covid-19 en los estudiantes del Quinto Grado de Secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022.

1.4 Justificación

1.3.3 Justificación Metodológica

Esta investigación se realizó por la presencia del estrés en los adolescentes, debido al confinamiento social por la pandemia Covid-19, la cual fue incrementando su incidencia. Con ello se buscó obtener la relación entre el afrontamiento y el estrés de los adolescentes, haciendo uso de dos cuestionarios en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la

Institución Educativa César Vallejo N°2071, la cual nos permitió conocer cómo afrontan el estrés.

1.3.4 Justificación Teórica

El presente trabajo de investigación nos permitió con los resultados obtenidos a proponer estrategias, crear programas preventivos para que los adolescentes aprendan como afrontar el estrés.

1.3.5 Justificación Social

El estrés es un problema que se da por las diferentes situaciones que se presentan durante nuestra vida cotidiana y si se presenta en los primeros años de vida puede causar consecuencias determinantes a nivel cognitivo, emocional, física y social en la edad adulta; por lo cual, aumentando la posibilidad de padecer ansiedad, abuso de sustancias, esquizofrenia, enfermedades crónicas como la obesidad, alteraciones cardiovasculares, etc., debido a que se produce una disfunción en el cerebro del área que se encarga de modular la respuesta al estrés.

Con la presente investigación nos permitió conocer la realidad contextual de ambas variables durante la pandemia; es decir, es necesario conocer el uso de estrategias de afrontamiento y el estrés en adolescentes de la institución educativa cesar Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022.

1.5 Limitantes de la investigación

1.5.1 Limitante Temporal: Una limitante fue la pandemia Covid-19 para la aplicación del instrumento de manera presencial.

1.5.2 Espacial: Se hizo uso de la tecnología creando un formulario Google donde los estudiantes tuvieron acceso al instrumento y fue realizado de manera anónima.

1.5.3 Teórico: Hubo una notable carencia de investigaciones similares, las cuales comprenden las variables estudiadas; y más aún en un contexto como el que vivimos actualmente de la Pandemia Covid-19

II. MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes:

2.1.1 Antecedentes Nacionales:

- **Salazar Alca K. (Lima -2021).** El estudio fue comparativo, realizó la investigación titulada: Estrategias de afrontamiento al estrés en adolescentes escolares: un estudio comparativo Lima – 2021. Tuvo como objetivo identificar las estrategias y estilos de afrontamiento más empleados en estudiantes adolescentes. La muestra fue compuesta por 321 adolescentes (180 mujeres y 141 hombres) procedentes de tres instituciones educativas entre públicas y privadas, sus edades oscilan entre 12 a 17 años. Resultados: las estrategias más usadas fueron: la focalización en el problema (M= 23.00, DE= 5.86), reestructuración cognitiva (M= 14.60, DE = 3.54) y ansiedad (M= 14.40, DE = 3.35) y el estilo de afrontamiento con más uso es el centrado en el problema (M= 59.40, DE = 13.50), Concluyó: Las estrategias de afrontamiento más empleadas son la focalización en el problema y la reestructuración y el estilo de afrontamiento más usado es el centrado en el problema. ⁽⁸⁾
- **Gonzales Roca L. (Lima - 2020).** El estudio fue correlacional, de diseño no experimental de corte transversal, realizó la investigación titulada: Estilos de afrontamiento y soporte social en estudiantes de secundaria de un colegio en Lima Norte, Lima – 2020. Tuvo como objetivo determinar la relación entre los estilos afrontamiento y el soporte social en estudiantes de secundaria de un colegio en Lima Norte. La muestra fue conformada por 114 estudiantes del 4to y 5to año de educación secundaria. Resultados: existe relación entre los estilos y estrategias de afrontamiento que emplean los estudiantes con las áreas de red efectiva, con la satisfacción del soporte social. Asimismo, las áreas del soporte social se relacionan con la edad promedio del estudiante, el año de estudio y la ocupación de la madre. Concluyó: Las relaciones interpersonales que los adolescentes tienen con sus familiares, amistades y maestros, así como el realizar actividades recreativas, podrían

estar favoreciendo al apoyo social, generando la autonomía necesaria para discernir y tener confianza en sí mismo. ⁽⁹⁾

- **Rivero Castro D. (Lima - 2020).** El estudio fue descriptivo cuantitativo, realizó la investigación titulada: Estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de primero de secundaria de una institución educativa privada de Lima Metropolitana. Tuvo como objetivo analizar los estilos de afrontamiento al estrés de los estudiantes de primero de secundaria de una institución educativa de Lima metropolitana. La muestra fue 36 alumnos de primero de secundaria de 12 y 13 años, de los cuales 20 fueron varones y 16 mujeres. Asimismo, 22 de ellos fueron de nacionalidad peruana, mientras que los 14 restantes fueron extranjeros. Resultados: se encontró que el estilo de afrontamiento al estrés más utilizado por los adolescentes es resolver el problema con un 64.9% del total. Concluyó: la estrategia de afrontamiento más utilizada por los adolescentes en general fue la de distracción física con un 38.9%, seguida de preocuparse 19.4% y buscar diversiones relajantes con un 16.7% del total. ⁽¹⁰⁾
- **Chucas García E. (Sipán - 2019).** El estudio es un tipo de investigación no experimental, realizó la tesis titulada: Estrés académico y adaptación a la vida universitaria, en estudiantes del primer ciclo de la Universidad Señor de Sipán – 2019. Tuvo como objetivo comprobar la relación del estrés académico y la adaptación a la vida universitaria en estudiantes del primer ciclo de la Universidad Señor de Sipán. La muestra fue de 452 estudiantes de las diferentes carreras profesionales. Resultados: Un 66% llegó a un nivel bajo, seguido de un nivel medio 22%, alto nivel con el 06% en cuanto a los niveles de estrés existe mayor porcentaje en el nivel alto siendo el 50 %, seguido de un 29% en cuanto a promedio alto, así mismo un 15% en promedio bajo y finalmente 6% en alto bajo. Concluyó: Se pudo encontrar que si existe relación entre estrés académico y la adaptación universitaria. Recomendaciones: Crear talleres que estén orientados en el manejo del estrés académico y afrontamiento; para con ello poder reducir los niveles de estrés académico en estudiantes. ⁽¹¹⁾

- **Luna Santos J. (Arequipa – 2018).** El estudio fue correlacional, cuantitativa y transversal, realizó la tesis titulada: Correlación entre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes del quinto año de secundaria del Colegio Salesiano Don Bosco de Arequipa, 2018. Tuvo como objetivo determinar la correlación existente entre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes del quinto de secundaria del Colegio Salesiano Don Bosco. La muestra ha sido definida en la cantidad de 105 estudiantes. Resultados: la frecuencia con que les inquieta a los estudiantes la sobrecarga de trabajo escolar, según el 38% eventualmente le inquieta; en tanto que para el 36% les inquieta siempre y casi siempre; en tanto que menos de la cuarta parte o el 21% con poca frecuencia de raras veces o nunca les inquieta la sobrecarga de trabajo. Concluyó: La correlación que existe entre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes de los estudiantes del quinto de secundaria del Colegio Salesiano Don Bosco es inversa, ya que a mayor estrés académico menor rendimiento escolar. ⁽¹²⁾
- **Vásquez Quispe B. (Lima - 2018).** El estudio fue de tipo descriptivo y diseño no experimental, realizó la investigación titulada: Estrategias de afrontamiento en estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria de una institución educativa pública del Callao. Tuvo como objetivo determinar las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los estudiantes del 3er, 4to y 5to año de secundaria de la Institución Educativa Sarita Colonia N° 5082 del Callao. La muestra, de tipo no probabilístico, fue de 121 estudiantes de ambos sexos, con edades que abarcaron un rango de 13 a 17 años de edad. Resultados: determinaron que, a nivel general, las estrategias más utilizadas fueron buscar diversiones relajantes, esforzarse y tener éxito, y preocuparse dando a entender que los estudiantes suelen hacer uso de un afrontamiento dirigido a la disminución del malestar generado por el estrés. Concluyó: Las estrategias más utilizadas por los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria de la institución educativa Sarita Colonia son: buscar diversiones relajantes (71,9%), preocuparse (64,47%) y esforzarse y tener éxito (60,35%). ⁽¹³⁾

- **Gutiérrez Ingunza K. (Lima - 2018).** El estudio fue descriptivo – comparativo de diseño no experimental, realizó la investigación titulada: Estrategias de afrontamiento en adolescentes de quinto de secundaria de lima metropolitana. 2018. Tuvo como objetivo determinar las estrategias de afrontamiento utilizadas por los adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana. La muestra fue de 173 estudiantes del quinto de secundaria, 53,2% femenino y el 46,8% masculino. Resultados: se observa que las estrategias funcionales más utilizadas son “fijarse en lo positivo” con un 49.9%, las estrategias disfuncionales del estilo “Afrontamiento no productivo” más utilizadas, son las de “no afrontamiento” e “ignorar el problema” con un 43.4% y 46.8% respectivamente. Concluyó: Las estrategias de afrontamiento frente al estrés más utilizadas por los adolescentes son: fijarse en lo positivo, esforzarse y tener éxito, acción social, apoyo profesional, ignorar el problema y la de no afrontamiento, correspondiendo la primera y segunda al Estilo de “Resolver el problema”, tercera y cuarta al Estilo “Con referencia hacia otros” y, la quinta y la sexta al Estilo de “Afrontamiento no productivo” ⁽¹⁴⁾
- **Escajadillo Pilco A. (Los Olivos – 2018).** El estudio fue tipo correlacional, de enfoque cuantitativo; de diseño no experimental transversal, realizó la tesis titulada: Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución educativa 2095 Herman Busse de la Guerra - Los Olivos, 2018. Tuvo como objetivo determinar la correlación entre el Estrés académico y los hábitos de estudio en estudiantes. La muestra estuvo formada por 149 estudiantes. Resultados: se observa que el 57,7% el cual representa a 86 estudiantes de cuarto año de secundaria de la institución educativa Herman Busse de la Guerra 2095, en ellos el nivel de Estrés académico es regular, mientras que el 22,1% que equivale a 33 estudiantes percibe el nivel de estrés académico como alto, el 10,7% que equivale a 16 estudiantes percibe el nivel de estrés académico como bajo, el 8,7% que equivale a 13 estudiantes percibe el nivel de estrés académico como muy alto. Concluyó: La relación entre las variables estrés académico y

hábitos de estudio existe, ya que se encontró una asociación estadística significativa ($Rho = 0,840$) entre las mismas. ⁽¹⁵⁾

- **Choque Pariona E. (Lima - 2018).** El estudio fue de diseño correlacional – descriptivo, realizó la tesis titulada: Estrategias de afrontamiento y funcionamiento familiar en adolescentes de una Institución Educativa de Jesús María, Lima – 2018. Tuvo como objetivo la determinación de la asociación entre las estrategias de afrontamiento y funcionamiento familiar que presentan los adolescentes de una Institución Educativa del distrito de Jesús María, Lima. La muestra fue de 152 estudiantes. Resultados: Según el nivel de estrategias de afrontamiento que presentan los alumnos adolescentes, revelan un nivel medio (85,5%), un nivel bajo (13,2%), y un nivel alto (1,3%). En cuanto al nivel de funcionamiento familiar, se muestran en nivel disfunción familiar leve (43,4%), disfunción familiar moderada (33,6%), disfunción familiar severa (23%) y disfunción familiar normal (0%). Concluyó: El nivel de las estrategias de afrontamiento en los adolescentes es de nivel medio (85,5%), nivel bajo (13,2%), nivel alto (1,3%). ⁽¹⁶⁾
- **Medina Espinoza E. (Pasco - 2017).** El estudio fue correlacional, realizó la tesis titulada: Estrés y rendimiento académico en estudiantes del 5º de secundaria de la I.E. María Parado de Bellido Pasco – 2017. Tuvo como objetivo determinar la relación entre Estrés y rendimiento académico en estudiantes. La muestra fue de 132 alumnas. Resultados: un 14,3% opina que el estrés casi nunca tiene influencia en el desarrollo académico de las alumnas y un 32,14% tiene una opinión que a veces el estrés influye en desempeño académico de los alumnos, de la misma manera un 32,14% también responde que casi siempre el estrés influye considerablemente en el rendimiento académico de las alumnas. Concluyó: “Existe relación entre Estrés y rendimiento académico en estudiantes del 5º de secundaria de la I.E. María Parado de Bellido Pasco – 2017”. Recomendaciones: Aumentar en las instituciones educativas actividades de bienestar (deportes, danzas, teatro, artesanía, etc.), a fin de atender a las necesidades recreativas de los

estudiantes, para que ellos favorezcan el equilibrio de su estado emocional.
(17)

- **Dueñas Zúñiga H. (Puno – 2017).** El estudio es de investigación no experimental o descriptiva, de diseño correlacional, realizó la investigación titulada: Estrés Académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la universidad nacional del Altiplano Puno – 2017. Tuvo como objetivo determinar el grado de relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento es directo. La muestra es de 377 estudiantes. Resultados: Es alto con un 75.3% las estrategias de afrontamiento que utilizan son regulares. Concluyó: Si existe grado de relación entre ambas variables en razón que estas son dependientes de acuerdo a la prueba estadística de Correlación de Pearson. Recomendaciones: A los docentes tutores que previa coordinación y capacitación elaboren un programa de intervención de estrés académico que tenga el apoyo y soporte de profesionales. ⁽¹⁸⁾
- **Urbano Reaño E. (Lima – 2017).** El estudio fue tipo transversal, de diseño descriptivo y correlacional, realizó la investigación titulada: Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes de la escuela de líderes escolares de lima norte – 2017. Tuvo como objetivo conocer la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico en un grupo de adolescentes escolares pertenecientes a la Escuela de Líderes de Lima Norte – 2017. La muestra fue 237 estudiantes de ambos sexos quienes cursaban el 5to año de educación secundaria y se encontraban entre los 16 y 17 años de edad. Resultados una correlación eta de 0.44 lo cual evidencia una correlación moderada entre el estilo de afrontamiento al estrés adicional y el bienestar psicológico en adolescentes de la Escuela de Líderes de Lima Norte. Esto indicaría que un cambio en la primera variable podría afectar ligeramente a la otra. Concluyó: existe una alta correlación entre los estilos de afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico en adolescentes de la Escuela de Líderes de Lima Norte. ⁽¹⁹⁾

2.1.2 Antecedentes Internacionales:

- **Valero Cedeño N., Vélez Cuenca M., Duran Mojica A., Torres Portillo M. (Ecuador - 2020).** El estudio fue Descriptivo, realizó el artículo de investigación titulada: Afrontamiento del COVID-19: estrés, miedo, ansiedad y depresión. Tuvo como objetivo: aportar al conocimiento sobre como la pandemia ha afectado la salud mental y emocional, así como en las estrategias de afrontamiento ante la misma, y que consecuentemente podrían ayudar a mitigar sus efectos y secuelas. La muestra fue de 44,000 participantes. Resultados: el número de personas que informaron ansiedad (20%) o un trastorno depresivo (16%) aumentó sustancialmente en comparación con una encuesta realizada en 2018 (es decir, 11% y 10% de prevalencia, respectivamente. Concluyeron: El afrontamiento es clave para aprender y desarrollar estrategias que permitan mantenerse conectados con otras personas y físicamente activos. ⁽²⁰⁾
- **González Velázquez L. (México -2020).** El estudio fue descriptivo, realizo el artículo de investigación titulada: Estrés académico en estudiantes universitarios asociado a la pandemia por covid-19. La muestra fue 206 estudiantes. Resultados: el 35.8% de los estudiantes participantes no cuentan con una computadora personal, que el 35% no tenga acceso a internet o sea muy irregular el servicio. Concluyó: En tiempos de la pandemia, hay diversidad en las respuestas lo que denota una posible desorganización en el estudio, al haberse alterado las rutinas y espacios académicos, la percepción de pérdida de control puede incrementar en estrés académico. ⁽²¹⁾
- **Barraza Macías A. (México - 2020).** El estudio fue de tipo correlacional, transversal y no experimental, realizó la investigación titulada: El estrés de pandemia (COVID 19) en población mexicana. Tuvo como objetivo: Ante el panorama antes descrito se decide abordar en el presente trabajo el estudio del estrés de pandemia mediante dos fases de trabajo: en una primera fase se construye y se obtienen la confiabilidad y evidencias de validez del Inventario SISCO del Estrés de Pandemia, y en una segunda fase se

establece el perfil descriptivo del estrés de pandemia en población mexicana y se establece su relación con cinco variables sociodemográficas: sexo, edad, actividad principal que realiza, nivel máximo de estudios y estado de la república donde vive. La muestra: 720 personas radicadas en diferentes estados de la república mexicana. Resultados: Es interpretado con un baremo indicativo de cinco valores (de 1% a 20% nivel muy leve, de 21% a 40% nivel leve, de 41% a 60% nivel moderado, de 61% al 80% nivel fuerte y de 81% al 100% nivel muy fuerte). Concluyó: Las mujeres son las que más se estresan con la preocupación de que el sistema de salud colapse. ⁽²²⁾

- **Ozamiz-Etxebarria N., Dosil-Santamaria M., Picaza-Gorrochategui M., Idoiaga-Mondragon N. (España – 2020).** El estudio fue exploratorio-descriptivo de tipo trasversal, realizó el artículo de investigación titulada: Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. Tuvo como objetivo: Analizar los niveles de estrés, ansiedad y depresión a la llegada del virus. La muestra: 976 personas. Resultados: demuestran que, aunque los niveles de sintomatología han sido bajos en general al principio de la alarma, la población más joven y con enfermedades crónicas ha referido sintomatología más alta que el resto de población. También se ha detectado un mayor nivel de sintomatología a partir del confinamiento, donde las personas tienen prohibido salir de sus casas. Concluyó: Las personas se deben preparar psicológicamente y percibir seguridad ante las posibles situaciones adversas que todavía tienen que vivir. También implica prevenir y afrontar la crisis gestionando medidas socio sanitarias efectivas. ⁽²³⁾
- **González Cabanach R., Souto-Gestal A., González-Doniz L. y Franco Taboada V. (España - 2018).** El estudio fue Descriptivo de corte trasversal, realizó la revista de investigación titulada: Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios. Tuvo como objetivo: Constatar si el afrontamiento activo es el más eficaz en la reducción del estrés académico. La muestra fue: 1195 estudiantes de diferentes titulaciones de la Universidad de A Coruña. Resultados: Un primer perfil, que podríamos denominar como

de afrontamiento activo (AA), que presenta altas puntuaciones en las dos estrategias de afrontamiento activo (reevaluación positiva y planificación y gestión de recursos) y bajas puntuaciones en afrontamiento social (búsqueda de apoyo social). Concluyeron: Las estrategias de afrontamiento activo son las más eficaces para enfrentarse a las situaciones académicas de estrés, reduciendo el impacto estresante de las mismas. ⁽²⁴⁾

- **Pacheco Castillo J. (Puerto Rico – 2017).** El estudio es de tipo observacional transversal con naturaleza analítica ó inferencial, realizó la tesis titulada: Estrés Académico de los estudiantes de enfermería en una Universidad Privada de Puerto Rico y su Asociación con el Rendimiento Académico – 2017. Tuvo como objetivo determinar y analizar en qué medida la percepción del contexto universitario como estresante repercute en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería de la Universidad Privada de Puerto Rico. La muestra fue de 168 estudiantes en el campus principal. Resultados: La mayoría indico que residía con la familia mientras estudiaba (79.2%) y el 51.2% señaló que trabajaba. Concluyó: Los estudiantes que cursan el grado asociado, perciben un estrés académico mayor que los estudiantes que estudian un bachillerato en enfermería. ⁽²⁵⁾
- **Aguilar Durán L. (Venezuela - 2017).** El estudio fue descriptivo con diseño transversal, realizó la revista de investigación: Estrés en una muestra de niños de Caracas. Tuvo como objetivo caracterizar el estrés en una muestra de niños caraqueños, poniendo énfasis en identificar los eventos estresantes prevalentes. La muestra: 171 escolares. Resultados: el punto de vista estadístico las niñas obtuvieron puntuaciones significativamente más altas que los varones en el estrés total ($U = 2846$, $Z = -2.21$, $p = .03$, $r = 0.17$), familiar ($U = 2852.50$, $Z = -2.19$, $p = .03$, $r = 0.17$) e interpersonal ($U = 2701.50$, $Z = -2.67$, $p = .01$, $r = 0.20$), en los tres casos el efecto fue de una baja magnitud. Por otra parte, las niñas alcanzaron rangos medios más altos que los niños en el estrés escolar (91.37 vs. 78.44) e individual (89.94 vs. 80.45), pero esas diferencias no fueron significativas ($U = 3013.50$, $Z = -1.67$, $p = .09$ y $U = 3156$, $Z = -1.24$, $p = .22$, respectivamente). Concluyó: Los

niños presentaron niveles moderados de estrés, lo que indica que el grado de malestar percibido -sobre todo en lo que respecta a la intensidad de las fuentes de estrés. (26)

2.2 Bases Teóricas:

2.2.1 TEORIA DE LA ADOLESCENCIA – ANNA FREUD

La Teoría de la Adolescencia de Anna Freud hace referencia que existen dos mecanismos de defensa que aparecen en esta etapa, y que de algún modo son muy importantes para el desarrollo personal. Anna Freud las resume en los conceptos de Intelectualización -también llamado Racionalización- y Ascetismo, que probablemente reflejen algunos sentimientos de nuestro pasado, o del presente, en aquellos que se encuentren atravesando la adolescencia.

Asimismo, esta Teoría de la Adolescencia, señala que estos mecanismos de defensa a los que Anna Freud se refiere como Intelectualización y Ascetismo protegen al adolescente de un enemigo fundamental y peligroso: la ansiedad.

El recurso de la Intelectualización -o Racionalización-, permite reducir los niveles de ansiedad mediante un rasgo fácilmente reconocible en los adolescentes: el rechazo a implicarse personalmente en los asuntos que le conciernen. Es decir, aquello de que los adolescentes parecen despreocupados, distantes de sus problemas reales, forma parte de este mecanismo de defensa que les permite tomar distancia emocional de aquellas situaciones que les generan un alto grado de ansiedad.

Sin embargo, los niveles de distancia y de despreocupación pueden ser demasiado elevados, lo cual genera la certeza de que no le importa nada, en muchos casos, ni siquiera su estética o su higiene personal. Siguiendo la Teoría de la Adolescencia de Anna Freud se puede deducir que los niveles de despreocupación son directamente proporcionales a la importancia que le asigna el adolescente, a nivel inconsciente, a situaciones que le generan ansiedad, y de las que trata de rehuir con este recurso.

El otro mecanismo es el Ascetismo, este recurso se detecta con mayor facilidad que la Intelectualización, ya que se caracteriza por el intento de reducir la ansiedad que generan ciertas situaciones al rechazarlas por completo, como quedarse encerrado en su habitación, renunciar a sus viejas costumbres sociales, rehuir de la compañía de amigos y familiares, cultivar un perfil solitario con el pretexto de que no siente interés por las actividades que se le proponen, todo esto, le permite al adolescente no implicarse en situaciones que le generan ansiedad.

Anna Freud y la Teoría de la Adolescencia sostienen que estos mecanismos de defensa, que pueden ser más o menos agresivos dependiendo del individuo, no son perfectos; sino son bastante deficientes.

Ambos recursos se construyen a partir de una paradoja: formar un muro defensivo para protegerse de aquellos peligros que, en última instancia, se desean secretamente. Este conflicto interno provoca radicales cambios en el estado de ánimo, cambios de humor, caracterizando esta etapa por una conducta ambivalente e impulsiva. La Teoría de la Adolescencia propone que, en cierto momento, se produce una Inversión de los Afectos: el amor se transforma en odio, la dependencia en rebelión, el respeto en desprecio.

Según la Teoría de la Adolescencia, estos conflictos se resuelven bien en la mayoría de los casos, es decir, de forma natural, como una etapa más que debe atravesarse en la vida. Sin embargo, cuando la situación es demasiado conflictiva, éste los proyecta sobre sus padres, generando una conducta paranoide, como si el individuo creyera que todo lo que se hace o se dice es para perjudicarlo.

También puede suceder que esa proyección sea hacia sí mismo, cuyo resultado se manifiesta a través de ideas depresivas, no directamente autodestructivas.

Finalmente, la Teoría de la Adolescencia de Anna Freud analiza la paradoja de no poder volcar hacia afuera esa tremenda ansiedad, la cual se deposita sobre

sí mismo. Esto da lugar a individuos que cultivan secretamente ilusiones de grandeza y fantasías de fuerza y poder ilimitados. ⁽²⁷⁾

2.2.2 MODELO DE ADAPTACIÓN – CALLISTA ROY

Callista Roy sugiere un modelo de adaptación para el individuo, que se basa en reaccionar de manera positiva frente a los cambios elaborados en su ámbito.

El cual contiene cinco elementos esenciales:

- **Paciente:** persona que recibe los cuidados.
- **Meta:** lograr que el paciente se adapte al cambio.
- **Salud:** proceso de llegar a ser una persona integrada y total.
- **Entorno:** Condiciones, circunstancias e influencias que rodean y afectan el desarrollo y la conducta de la persona.
- **Dirección de las actividades:** la facilitación a la adaptación.

Para relacionar estos cinco elementos se utiliza los sistemas, los mecanismos de afrontamiento y los módulos de adaptación, que dependen de tres clases de estímulo.

- **Focales:** Afectan en forma inmediata y directa a la persona en un determinado tiempo.
- **Contextuales:** son los demás estímulos presentes que contribuyen al efecto del estímulo focal.
- **Residuales:** Son las creencias, actitudes y factores de experiencias pasadas que influyen en el presente.

Asimismo, considera que las personas tienen 4 modos o métodos de adaptación:

- **Las necesidades fisiológicas básicas:** Esto son relacionadas a la circulación, temperatura corporal, oxígeno, líquidos orgánicos, sueño, actividad, alimentación y eliminación.
- **La autoimagen:** El yo del hombre debe responder también a los cambios del entorno.
- **El dominio de un rol o papel:** Cada persona cumple un papel distinto en la sociedad, según su situación.

- **Interdependencia:** La autoimagen y el dominio del papel social de cada individuo interacciona con las personas de su entorno, ejerciendo y recibiendo influencias. Esto crea relaciones de interdependencia, que pueden ser modificadas por los cambios del entorno. ⁽²⁸⁾

2.2.3 TEORÍA DEL ESTRÉS – HANS SELYE

Hans Selye habla sobre el SAG (Síndrome de Adaptación General), también conocido como síndrome del estrés, donde hace referencia el proceso donde el cuerpo confronta -lo que desde un principio consideró como: agente nocivo. El SAG es un proceso donde el cuerpo pasa por tres etapas universales:

- Primera etapa hay una “señal de alarma”, donde el cuerpo se prepara para “la defensa o la huida”. Sin embargo, nadie puede mantenerse en esta condición de excitación.
- Segunda etapa, en la cual se construye una resistencia que permite sobrevivir a la anterior etapa.
- Finalmente, la tercera etapa que es de agotamiento, se da por la duración del estrés de manera prolongada; es decir, es una forma de envejecimiento debido al deterioro del organismo por mantener constante el desgaste durante la resistencia.

Para Selye, el estrés podría ser por cualquier cosa, desde no tener como alimentarse hasta inyectarse una sustancia extraña al cuerpo. En ese sentido, Por “estrés”, no sólo se refirió al “estrés nervioso” sino a la “respuesta no específica del cuerpo frente a cualquier situación o demanda”. ⁽²⁹⁾

2.2.4 TEORÍA TRANSACCIONAL – LAZARUS Y FOLKMAN

Lazarus y Folkman (1986) definen el concepto de estrés con referencia a las interrelaciones que ocurren entre la persona y su contexto, en el que se ubica. El estrés se produce cuando la persona considera lo que le sucede como algo que supera los recursos con los que cuenta y pone en peligro su bienestar personal. En ello se encuentra la evaluación cognitiva que realiza el sujeto; pero, además, tiene en cuenta el elemento emocional que conlleva esta situación.

Posteriormente, este autor nos aporta un nuevo concepto, el AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS. Lazarus plantea que, ante situaciones estresantes, las personas utilizan “esfuerzos cognitivos y conductuales 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” (Lazarus y Folkman, 1986, p.164). Estos mecanismos de afrontamiento, a la vez que sirven para resolver el problema en sí, son esenciales para regular las respuestas emocionales que pueden aparecer ante situaciones estresantes.

Según el autor, cada persona tiene una manera distinta de afrontar el estrés. Son muchos los factores que pueden llegar a determinar los mecanismos de afrontamiento. Por un lado, puede estar influenciado por su estado de salud o la energía física con la que se cuenta; pero también entran por otros factores como las creencias existenciales, religiosas; las creencias generales relativas al control que podemos ejercer sobre el medio y sobre nosotros mismos; el aspecto motivacional también puede favorecer el afrontamiento, así como las capacidades para la resolución de problemas o las habilidades sociales; asimismo, Lazarus añade el apoyo social y los recursos materiales como otros factores que hay que tener presentes (Lazarus y Folkman, 1986).⁽³⁰⁾

2.3 Bases Conceptuales:

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define al fenómeno del estrés como una condición en la cual preparan al organismo para la acción (OMS, 1994). Desde este punto de vista, el estrés sería una alarma, un estímulo que conduce a la acción, es la respuesta necesaria para la supervivencia, que puede ser coherente con las demandas del entorno, o bien, insuficientes o exageradas.

Cuando esta respuesta natural ocurre de manera frecuente, se producen cambios en el organismo humano y provoca la aparición de enfermedades y anomalías patológicas que afectan al normal desarrollo y funcionamiento del

cuerpo humano. Algunos ejemplos son el olvido (problemas de memoria), alteraciones en el ánimo, nerviosismo y falta de concentración, en las mujeres puede producir cambios hormonales significativos como dolores en abdominales inferiores, entre otros síntomas. ⁽¹⁾

Según UNICEF, la pandemia y el aislamiento no solo cambiaron la forma en la que los adolescentes llevan sus estudios, sino también la forma en la que pasan su tiempo libre y de recreación, se relacionan con sus amigos y con su familia. Asimismo, datos de U-Report, los sentimientos que prevalecen entre los jóvenes en estos tiempos de cuarentena son aburrimiento, preocupación por los demás y ansiedad, y los principales motivos por los que se sienten así se relaciona con la pandemia, la situación económica, el no poder realizar sus actividades habituales y tener que pasar todo el tiempo en casa. ⁽³¹⁾

2.3.1 AFRONTAMIENTO EN LOS ADOLESCENTES:

El afrontamiento es considerado como: El esfuerzo cognitivo y conductual, que hace la persona para hacer frente al estrés, para manejar las demandas tanto externas como internas y los conflictos entre ambas.

Lazarus y Folkman (1984) definieron el afrontamiento como “los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes para manejar las demandas específicas interna y/o externas que son evaluadas como excesivas en relación con los recursos de que dispone la persona”. En ese sentido, manejar el estrés incluiría no sólo el dominio sino la aceptación, la tolerancia la evitación o la reducción de las condiciones estresantes. ⁽³²⁾

Según Frydenberg y Lewis (1990, 1993), basándose en los conceptos propuestos por Lazarus y otros colaboradores, desarrollan una clasificación de 18 estrategias de afrontamiento, a través de la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS), adaptada al español en 1997.

Estas estrategias de afrontamiento se agrupan en tres estilos de afrontamiento, quienes engloban a 18 estrategias de afrontamiento:

2.3.1.1 Estilo resolver el problema: Hace referencia a abordar las dificultades de manera directa. ⁽³³⁾ Dentro de este estilo, se encuentran 7 estrategias de afrontamiento:

2.3.1.1.1 Concentrarse en resolver el problema (Rp): Estrategia que está dirigida a resolver el problema, que lo estudia sistemáticamente y analiza los diferentes puntos de vista u opiniones. “Dedicarme a resolver el problema poniendo en juego todas mis capacidades”.

2.3.1.1.2 Esforzarse y tener éxito (Es): Estrategia que mediante conductas describe compromiso, ambición y dedicación. “Trabajar intensamente”.

2.3.1.1.3 Invertir en amigos íntimos (Ai): Estrategia que se refiere a la búsqueda de relaciones personales íntimas. “Pasar más tiempo con el chico o chica con que suelo salir”.

2.3.1.1.4 Buscar pertenencia (Pe): Estrategia que hace referencia a la preocupación e interés del adolescente por sus relaciones con los demás en general y, más concretamente, preocupación por lo que los otros piensan. “Mejorar mi relación personal con los demás”.

2.3.1.1.5 Fijarse en lo positivo (Po): Estrategia que busca de manera optimista y positiva la situación. Incluye el ver el lado bueno de las cosas y considerarse afortunado. “Fijarme en el aspecto positivo de las cosas y pensar en las cosas buenas”.

2.3.1.1.6 Buscar diversiones relajantes (Dr): Estrategia que se caracteriza por describir actividades de ocio y relajantes, como leer o pintar. “Encontrar una forma de relajarme: por ejemplo, oír, música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión”.

2.3.1.1.7 Distracción física (Fi): Estrategia que se refieren a la dedicación a hacer deporte, al esfuerzo físico y mantenerse en forma. “Mantenerme en forma y con buena salud” ⁽³⁴⁾

2.3.1.2 Afrontamiento en relación con los demás: Hace referencia a compartir las preocupaciones con otros y buscar apoyo. ⁽³³⁾ Dentro de este estilo, se encuentran 4 estrategias de afrontamiento:

2.3.1.2.1 Buscar apoyo social (As): Estrategia que consiste en la inclinación a compartir el problema con otros y buscar apoyo para resolverlos. “Hablar con otros sobre mi problema para que me ayuden a salir de él”.

2.3.1.2.2 Acción social (So): Estrategia que consiste en dejar que otros conozcan el problema y tratar de conseguir ayuda escribiendo peticiones u organizando actividades con grupos. “Unirme a gente que tiene el mismo problema”

2.3.1.2.3 Buscar apoyo espiritual (Ae): Estrategia que refleja el empleo de la oración y la creencia en la ayuda de un líder o de Dios. “Dejar que Dios se ocupe de mi problema”.

2.3.1.2.4 Buscar ayuda profesional (Ap): Estrategia que consiste en buscar la opinión de profesionales, como maestros u otros consejeros. “Pedir consejo a una persona competente”. ⁽³⁴⁾

2.3.1.3 Afrontamiento improductivo: Es disfuncional, debido a que las estrategias que incluye no permiten encontrar una solución a los problemas, sino se orientan a la evitación. ⁽³³⁾ Dentro de este estilo, se encuentran 7 estrategias de afrontamiento:

2.3.1.3.1 Preocuparse (Pr): Estrategia que se caracteriza por presentar temor por el futuro en términos generales o, más en concreto, preocupación por la felicidad futura. “Preocuparme por lo que está pasando”.

2.3.1.3.2 Hacerse ilusiones (Hi): Estrategia expresada por elementos basados en la esperanza y en la anticipación de una salida positiva y que todo tendrá un final feliz. “Esperar que ocurra lo mejor”.

2.3.1.3.3 Falta de afrontamiento (Ai): Estrategia que consiste en reflejar la incapacidad personal para enfrentarse al problema y la tendencia al desarrollo de síntomas psicósomáticos. “No tengo forma de afrontar la situación”

2.3.1.3.4 Reducción de la tensión (Rt): Estrategia que se caracteriza por reflejar un intento de sentirse mejor y relajar la tensión. “Intentar sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando otras drogas”.

2.3.1.3.5 Ignorar el problema (Ip): Estrategia que refleja un esfuerzo de rechazar conscientemente la existencia del problema. “Ignorar el problema”.

2.3.1.3.6 Autoinculparse (Cu): Estrategia que indica que el adolescente se ve como responsable de los problemas o preocupaciones que tiene. “Sentirme culpable”.

2.3.1.3.7 Reservarlo para sí (Re): Estrategia que refleja que el sujeto huye de los demás y no desea que conozcan sus problemas. “Guardar mis sentimientos para mí solo”. ⁽³⁵⁾

2.3.2 EL ESTRÉS EN LA ADOLESCENCIA

2.3.2.1 ADOLESCENCIA

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la adolescencia como el período comprendido entre los 10 y los 19 años. La adolescencia es la etapa de la vida donde se producen los procesos de maduración biológica, psicológica y social de un individuo, alcanzando de esa manera la edad adulta y culmina con su incorporación en forma plena a la sociedad.

El inicio de la adolescencia se define biológicamente con el comienzo de la pubertad, la cual, se inicia en momentos distintos para las niñas y niños, y entre personas del mismo género. Por otro lado, el término de la adolescencia también es variable de un individuo a otro y está determinada principalmente por factores sociales como la adquisición de la independencia económica y el asumir las funciones reconocidas como propias de la etapa adulta. ⁽³⁶⁾

2.3.2.2 ESTRÉS EN LA ADOLESCENCIA

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el estrés como «el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara el organismo para la acción». En general, es una alarma biológica necesaria para la supervivencia. Cualquier

cambio o circunstancia diferente que se presente, puede generar estrés. Aunque también dependerá del estado físico y psíquico de cada persona.

Un determinado grado de estrés estimula el organismo y permite que éste alcance su objetivo, volviendo al estado normal cuando cesa el estímulo. El problema surge cuando la mente es controlada y entra en un estado de resistencia. Cuando ciertas circunstancias, como la sobrecarga de trabajo, las presiones económicas o sociales, o un ambiente competitivo, se perciben como una amenaza, se empieza a tener una sensación de incomodidad. Cuando esta sensación se mantiene en el tiempo, se puede llegar a un estado de agotamiento, con posibles alteraciones funcionales y orgánicas. ⁽³⁷⁾

2.3.2.2.1 Estresores

Se denominan estresores a los agentes que van a estimular los procesos de estrés nervioso y hormonal (Selye, 1975). En este sentido Muller-Limroth (1976) proporciona una división de los estresores en cuatro clases:

1) Los estresores físicos: Son de tres tipos:

- Actividad corporal: El correr, el nadar, el escalar una montaña, etc. causan estrés, debido a que el organismo debe tener a disposición una mayor cantidad de energía para realizar ese esfuerzo exigido.
- Sometimiento a condicionamientos físicos: que de vez en cuando puede producir estrés. Por ejemplo: el calor elevado, el ruido, los estímulos ópticos, el frío, etc.
- Procesos que deben ser respondidos con el estrés. Así, por ejemplo, las bacterias, los virus, las sustancias tóxicas o las sensaciones de dolor. Exigen una reacción general de acomodación del cuerpo.

2) Los estresores mentales: Consideradas como cualquier desafío, tanto la tarea de armar un rompecabezas, como la lectura especializada de un libro que obliga concentrar totalmente la atención.

3) Los estresores psíquicos y 4) sociales: están mutua e íntimamente ligados. Se dice que la persona tiene que reaccionar constantemente con estrés a las situaciones, tales como, de desengaño, a las dificultades de tomar una decisión, a la coacción, a la presión del tiempo y del espacio. ⁽³⁸⁾

2.4 Definiciones:

- **Estrés:** Es un conjunto de reacciones fisiológicas que prepara al organismo para la acción. En general, es una alarma biológica necesaria para la supervivencia. Cualquier cambio o circunstancia diferente que se presente ante nuestras vidas, como cambiar de trabajo, hablar en público, presentarse a una entrevista o cambiar de residencia, puede generar estrés.
- **Afrontamiento:** Es el esfuerzo cognitivo y conductual, que hace la persona para hacer frente al estrés, para manejar las demandas tanto externas como internas y los conflictos entre ambas.

III. HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Hipótesis general e hipótesis específicas

3.1.1 Hipótesis General

- Ha: Existe relación significativa entre el afrontamiento y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022.

Hipótesis Nula

- Ho: No existe relación entre el afrontamiento y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022.

3.1.2 Hipótesis Específica

- H1: Existe relación entre el afrontamiento resolver el problema y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022.
- H2: Existe relación entre el afrontamiento en relación con los demás y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022.
- H3: Existe relación entre el afrontamiento improductivo y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022

3.2 Definición conceptual de variables

Variable 1: Afrontamiento

Variable 2: Estrés

3.2.1. Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICION
Variable1: Afrontamiento	<p>Todo acto tiene una parte externa referida a la conducta como tal para utilizar los recursos y solucionar los problemas, y una vertiente interna del mismo acto social depositada en la conciencia del individuo y que, en el caso del afrontamiento, se refiere a las estrategias cognitivas utilizadas por el sujeto para cada situación específica o evento.</p> <p>Blanco (1995), citando a Mead (1913), (Lazarus & Folkman, 1984).</p>	<p>El afrontamiento puede ser descrito en términos de estrategias, tácticas, respuestas, cogniciones o comportamientos. Las formas cómo el individuo hace frente a experiencias percibidas como estresantes constituyen las estrategias de afrontamiento. Las estrategias de afrontamiento se refieren a cómo las personas manejan sucesos o situaciones percibidas como estresantes.</p>	<p><i>Dimensión 1:</i></p> <p>Resolver el problema</p>	<p>Items:</p> <p>2,21,39,57,73,3,22,40,58,74,5,24,42,60,76,16,34,52,70,18,36,54,19,37,55</p>	<p>Escala ordinal tipo likert</p> <p>Nivel Alto: > 242 puntos.</p> <p>Nivel Moderado: 198 - 241 puntos</p> <p>Nivel Bajo: <197 puntos</p>
			<p>Aborda las dificultades de manera directa.</p>	<p><i>Dimensión 2:</i></p> <p>Afrontamiento en relación con los demás</p>	

			otros y buscar apoyo.		
			<p><i>Dimensión 3:</i></p> <p>Afrontamiento improductivo</p> <p>Es disfuncional, no permiten encontrar una solución a los problemas, sino se orientan a la evitación</p>	<p>Items:</p> <p>4,23,41,59,75,7,26, 44,62,78,8,27,45, 63,79,12,30,48,66,9, 28,46,64,80,14,32, 50,68,13,31,49,67, 6,25,43,61,77</p>	
Variable 2: Estrés	Presentan reacciones de alarma con sus componentes neurovegetativos y	El estrés es cualquier demanda: física, psicológica o emocional, buena o mala,	Dimensión 1: Fisiológicas	<p>Items:</p> <p>7,10, 15</p>	<p>Escala ordinal tipo Likert</p> <p>Nivel Alto:</p>

	<p>hormonales, también se iniciaba e iba seguida de la fase de resistencia y, en su caso, de agotamiento, en casos de tensión emocional (enfermedad de un familiar, presiones sociales, etc) y no exclusivamente en presencia de estresores biológicos: traumatismos, infecciones, etc</p> <p>García M, Magas A. (1990)</p>	<p>provoca una respuesta del organismo idéntica y estereotipada. Estos cambios, de naturaleza emocional, neurovegetativa y hormonal, eran capaces de provocar lesiones en órganos y tejidos del sujeto que se encontraba expuesto a ellos.</p>	Dimensión 2: Físicas	2,9	<p>> 32 puntos.</p> <p>Nivel Moderado: 24 - 31 puntos</p> <p>Nivel Bajo: < 23 puntos</p>
			Dimensión 3: Psicológicas	3,4,8,11,12	
			Dimensión 4: Comportamentales	1,5,6,13,14	

IV. DISEÑO METODOLÓGICO

4.1 Tipo y diseño de investigación

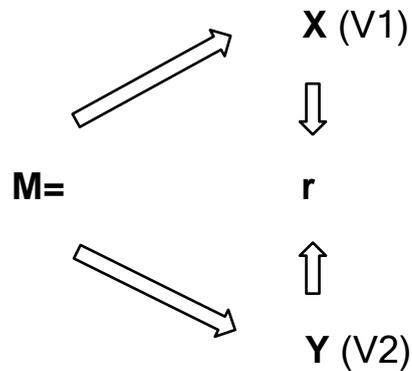
4.1.1 Tipo de la investigación:

La presente investigación es de Tipo Cuantitativo; Se usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías, además señalan que este enfoque es secuencial y probatorio, cada etapa precede a la siguiente y no podemos “brincar o eludir” pasos. Se revisa la literatura y se construye un marco o una perspectiva teórica, se prevé resultados que serán contrastados luego con la realidad resultante del proceso de recolección de datos y su respectivo análisis. **Hernández, Fernández y Baptista Collado (2014)**

4.1.2 Diseño de la investigación:

- Descriptivo: Los estudios descriptivos pretenden medir o recoger la información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a los que se refieren. De la presente investigación se recogió información sobre las **variables afrontamiento y estrés en los estudiantes**, a partir de sus dimensiones e indicadores. **Hernández, Fernández y Baptista Collado (2003:119)**
- Correlacional: Tiene como propósito evaluar la relación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables (en un contexto particular). De esta forma, una vez que se midieron en forma conjunta las variables objeto de estudio, se procedió a evaluar la relación que existe entre ellas. **Hernández et al (2003:121)**
- Transversal: Recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Por lo tanto, su propósito es describir las variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. De esta manera para recolectar la información sobre las variables **afrontamiento y**

estrés en los estudiantes, se realizó una medición donde nos permitió recolectar datos necesarios para poder analizarlas y correlacionarlas, todo ello, en función a las dimensiones e indicadores de cada una de las variables. *Hernández et al (2003: 270)*



M: Muestra

X, Y: Variables de estudio

X (V1) = Afrontamiento

Y (V2) = Estrés

r: Resultados de la medición de las variables

4.2 Método de la investigación

En esta presente investigación se utilizó el método Hipotético - Deductivo, se da por la observación de la realidad o momento empírico, va desde lo general a lo específico. (Francis Bacon).

4.3 Población y muestra

- Población:
50 estudiantes del quinto grado de secundaria de la I. E. Cesar Vallejo N° 2071, Los Olivos - Lima, 2022
- Muestra:
Se tomó a toda la población sin tener en cuenta los criterios de inclusión y exclusión.

Muestra = 50 estudiantes

4.4 Lugar de estudios y periodo desarrollado

4.4.1. Lugar de estudios: I. E. Cesar Vallejo N° 2071, Los Olivos

4.4.2. Periodo desarrollado: Comprenderá Febrero - Abril, 2022

4.5 Técnicas e instrumentos para la recolección de datos

Para la presente investigación, se utilizó como técnicas e instrumentos:

4.5.1 Técnica

En el presente estudio se utilizó las pruebas estandarizadas, ya que correspondió a un proceso de recopilación de datos, escalas o cuestionarios que miden las variables específicas acorde al marco teórico. (*Hernández et al. 2014*).

4.5.2 Instrumentos:

- **Variable Afrontamiento:** El instrumento que se utilizó es la “ESCALAS DE AFRONTAMIENTO PARA ADOLESCENTES” (ACS). Autores: Frydenberg y Lewis (1993), validado por Beatriz Canessa (2002). Contiene 80 ítems, cada ítem presenta una conducta de afrontamiento a la que el sujeto debe responder indicando si la realiza o le ocurre mediante una escala tipo Likert de cinco alternativas (nunca, raras veces, algunas veces, a menudo y con mucha frecuencia). Evalúa tres dimensiones: *resolver el problema*, *afrontamiento en relación con los demás* y *afrontamiento improductivo*. Estos a su vez tienen 18 estrategias o estilos divididas en: *Resolver el Problema* (comprende 7 estrategias), *Afrontamiento en relación con los demás* (comprende 4 estrategias) *Afrontamiento improductivo* (comprende 7 estrategias)
- **Variable Estrés:** El instrumento que se utilizó es la “ESCALA MAGALLANES DE ESTRÉS” (EMEST). Autores: García M, Magas A. (1990) validado por Tuesta Ayesta Ana Sofia (2020). Contiene 15 ítems

de respuesta directa de Likert de tres alternativas (nunca, a veces, siempre). Evalúa cuatro dimensiones: fisiológicas, físicas, psicológicas y comportamentales.

4.6 Análisis y procesamiento de datos

Se utilizó Microsoft Excel para asignar las puntuaciones a las respuestas dadas, así realizar la recopilación de datos.

Se ha sumado cada ítem por dimensiones, ya sea de la variable **afrontamiento o estrés**, culminado la recopilación de datos, se procedió a exportar estos datos al programa IBM SPSS, para obtener resultados.

V. RESULTADOS

5.1 Resultados Descriptivos

- De acuerdo con nuestro objetivo general, la correlación entre el afrontamiento y el estrés es de +0.115, lo que nos indica que no hay relación entre ambas variables, esto se corrobora mediante el valor de la significancia (Sig.=0.426) que es mayor a 0.05
- En relación con nuestro primer objetivo específico, se determina que el coeficiente de correlación entre el estilo de afrontamiento resolver el problema y el estrés es de -0.053, lo que nos indica que no hay relación entre ambas variables, esto se corrobora mediante el valor de la significancia (Sig.=0.714) que es mayor a 0.05.
- En relación con nuestro segundo objetivo específico, se determina que el coeficiente de correlación entre el estilo de afrontamiento en relación con los demás y el estrés es de +0.003, lo que nos indica que no hay relación entre ambas variables, esto se corrobora mediante el valor de la significancia (Sig.=0.985) que es mayor a 0.05.
- En relación con nuestro tercer objetivo específico, se determina que el coeficiente de correlación entre el estilo de afrontamiento improductivo y el estrés es de +0.320, lo que nos indica que hay relación entre ambas variables, esto se corrobora mediante el valor de la significancia (Sig.=0.024) que es menor a 0.05.

El siguiente análisis se ha realizado en concordancia con el rango de valor por niveles y de acuerdo con el criterio de santones/baremos.

VARIABLE INDEPENDIENTE: Afrontamiento

Tabla 1: Afrontamiento

		<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Válido	Bajo	8	16,0
	Moderado	28	56,0
	Alto	14	28,0
	<u>Total</u>	<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la variable afrontamiento, respondieron en promedio que, un 56.0% considera que su nivel de afrontamiento frente al estrés es moderado, un 28.0% su nivel es alto y un 16.0% su nivel es bajo.

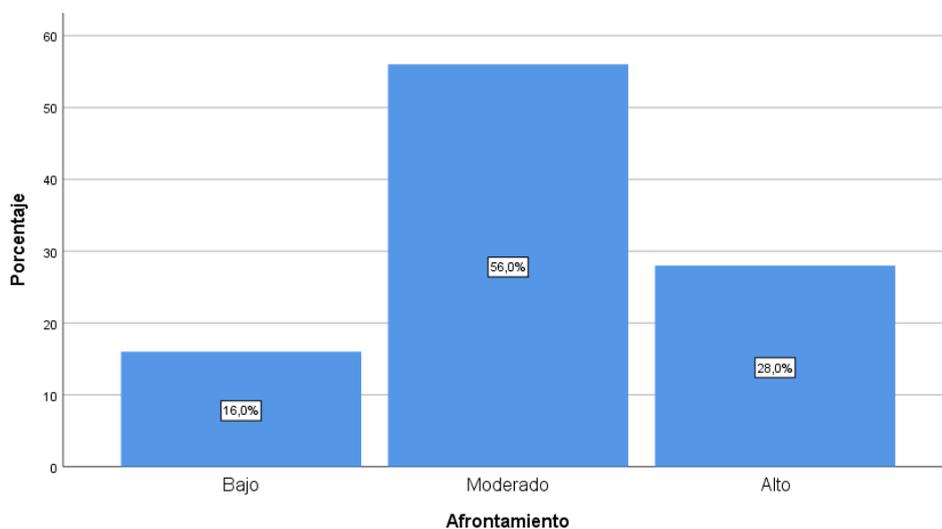


Gráfico N° 1: Afrontamiento
Fuente: Elaboración Propia

DIMENSION: Resolver el problema

Tabla 2: Estilo de Afrontamiento Resolver el Problema

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	12	24,0
	Moderado	30	60,0
	Alto	8	16,0
	Total	50	100,0

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la dimensión resolver el problema, respondieron en promedio que, un 60.0% considera que tienen un nivel moderado de resolver problemas, un 24.0% tiene un nivel bajo y 16.0% tiene un nivel alto.

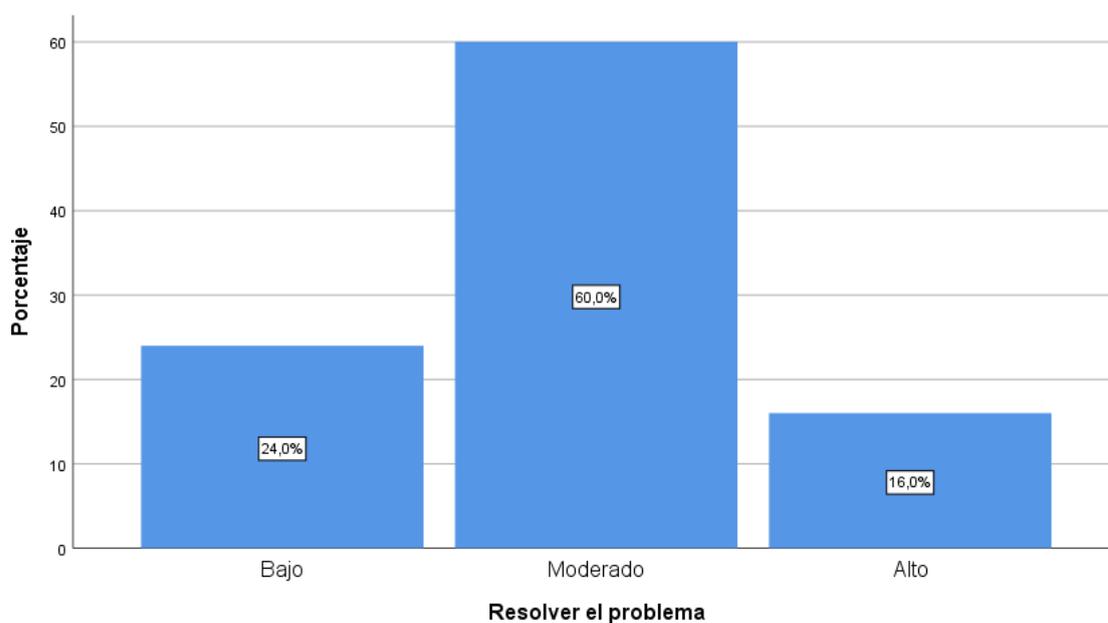


Gráfico N° 2: Resolver el problema
Fuente: Elaboración Propia

DIMENSION: Afrontamiento en relación con los demás

Tabla 3: Estilo de Afrontamiento en relación con los demás

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	12	24,0
	Moderado	25	50,0
	Alto	13	26,0
Total		50	100,0

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la dimensión en relación con los demás, respondieron en promedio que, un 50.0% considera que tienen un nivel moderado frente al estilo en relación con los demás, un 26.0% tiene un nivel alto y 24.0% tiene un nivel bajo.

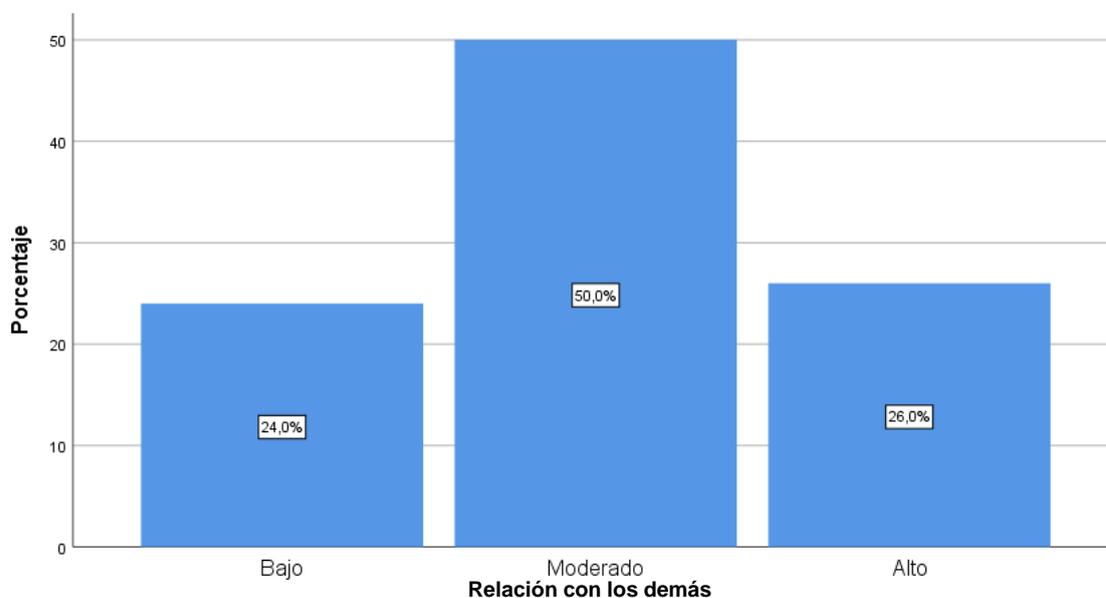


Gráfico N° 3: Estilo de Afrontamiento en relación con los demás

Fuente: Elaboración Propia

DIMENSION: Afrontamiento improductivo

Tabla 4: Estilo de Afrontamiento improductivo

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	11	22,0
	Moderado	28	56,0
	Alto	11	22,0
Total		50	100,0

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la dimensión afrontamiento improductivo, respondieron en promedio que, un 56.0% considera que tienen un nivel moderado frente al afrontamiento improductivo, un 22.0% tiene un nivel alto y el otro 22.0% tiene un nivel bajo.

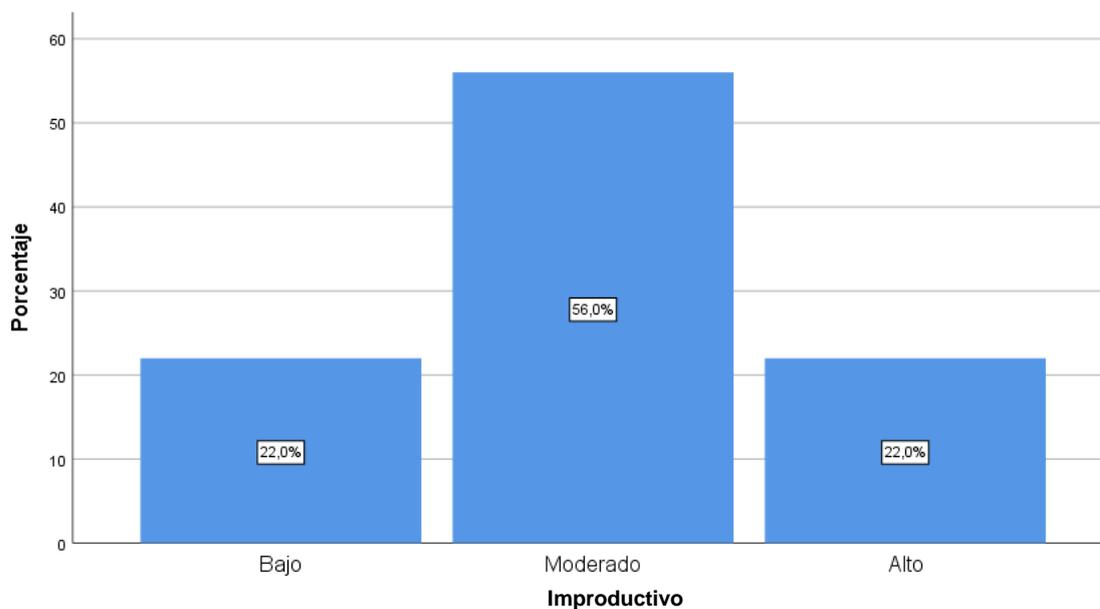


Gráfico N° 4: Estilo de Afrontamiento improductivo
Fuente: Elaboración Propia

ESTRATEGIAS DE CADA DIMENSION

1.-Dimensión: Estilo Resolver el Problema

Tabla 5: Estrategia Concentrarse en resolver el problema (Rp)

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	11	22,0
	Moderado	29	58,0
	Alto	10	20,0
	Total	50	100,0

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia concentrarse en resolver el problema, un 58.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 22.0% considera que tiene un nivel bajo y 20.0% considera que tiene un nivel alto.

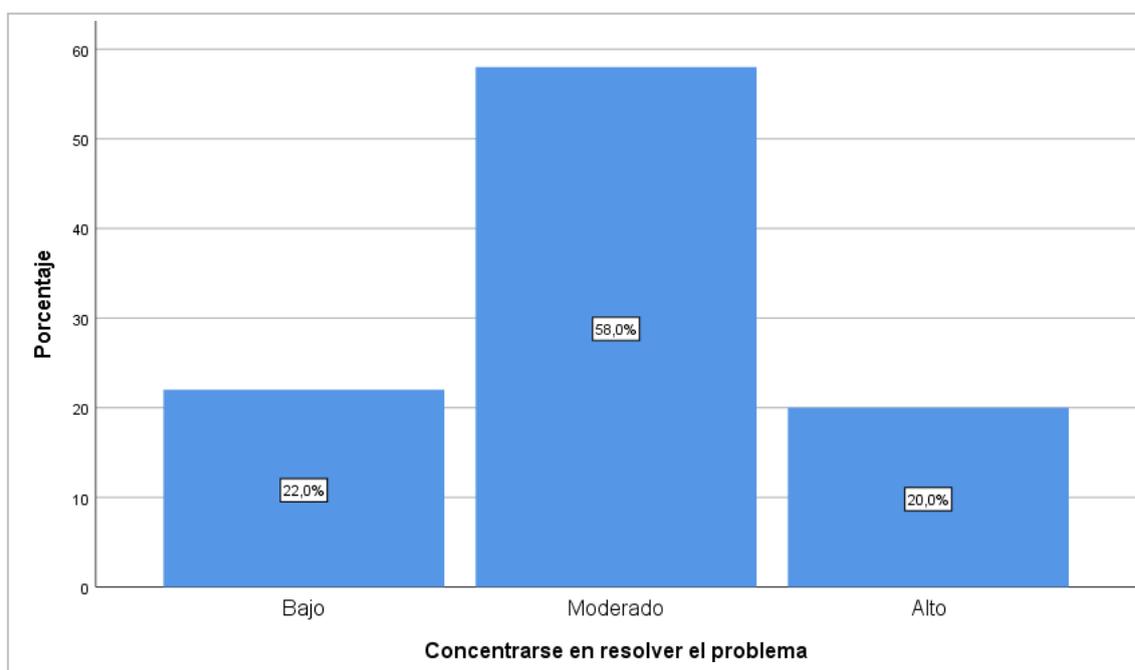


Gráfico N° 5: Concentrarse en resolver el problema (Rp)

Fuente: Elaboración Propia

Tabla 6: Estrategia Esforzarse y tener éxito (Es)

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	10	20,0
	Moderado	30	60,0
	Alto	10	20,0
<u>Total</u>		<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia esforzarse y tener éxito, un 60.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 20.0% considera que tiene un nivel bajo y 20.0% considera que tiene un nivel alto.

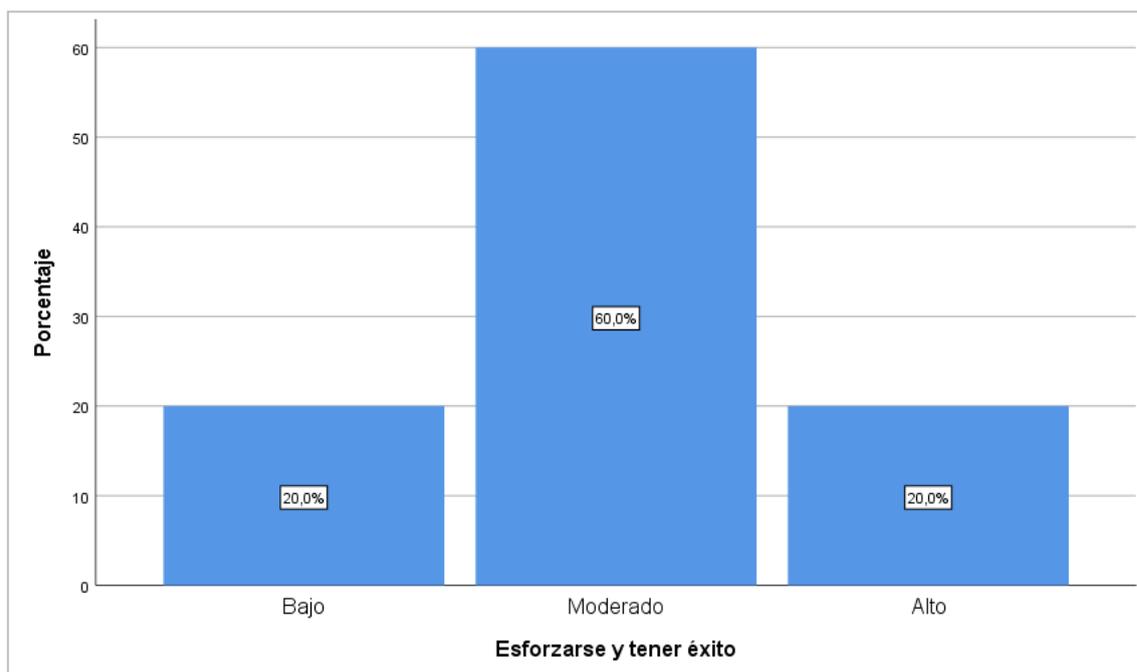


Gráfico N° 6: Esforzarse y tener éxito (Es)

Fuente: Elaboración Propia

Tabla 7: Estrategia Invertir en amigos íntimos (Ai)

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	11	22,0
	Moderado	28	56,0
	Alto	11	22,0
<u>Total</u>		<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia invertir en amigos íntimos, un 56.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 22.0% considera que tiene un nivel bajo y 22.0% considera que tiene un nivel alto.

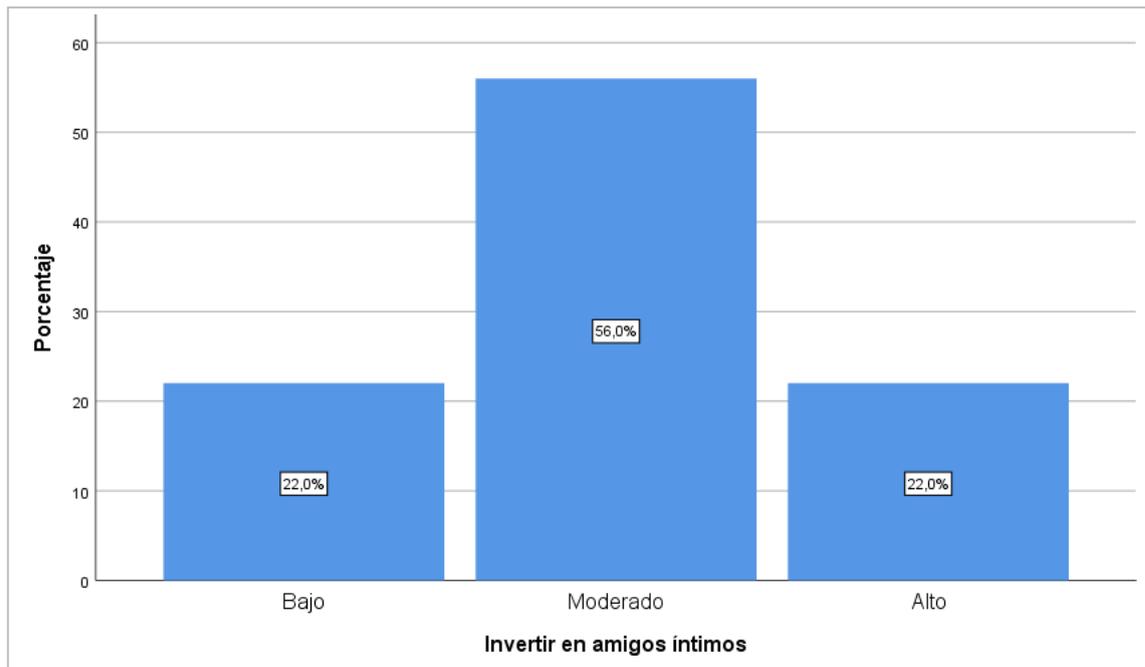


Gráfico N° 7: Invertir en amigos íntimos (Ai)
Fuente: Elaboración Propia

Tabla 8: Estrategia Buscar pertenencia (Pe)

		<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Válido	Bajo	7	14,0
	Moderado	36	72,0
	Alto	7	14,0
<u>Total</u>		<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia buscar pertenencia, un 72.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 14.0% considera que tiene un nivel bajo y 14.0% considera que tiene un nivel alto.

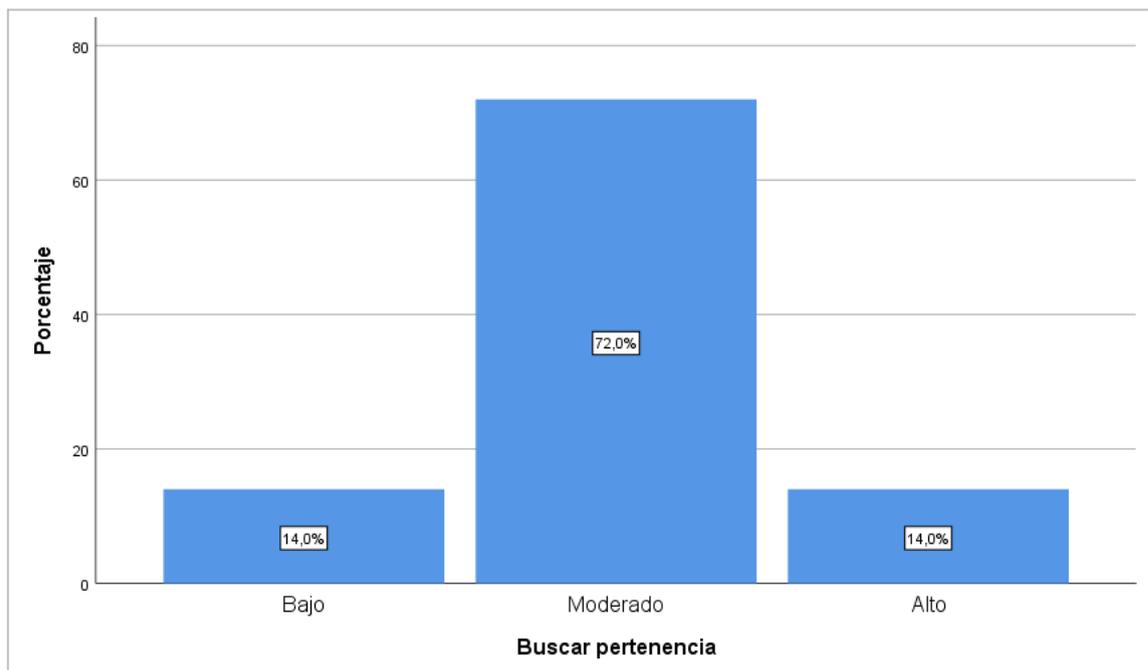


Gráfico N° 8: Buscar pertenencia (Pe)

Fuente: Elaboración Propia

Tabla 9: Estrategia Fijarse en lo positivo (Po)

		<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Válido	Bajo	6	12,0
	Moderado	39	78,0
	Alto	5	10,0
	<u>Total</u>	<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia fijarse en lo positivo, un 78.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 12.0% considera que tiene un nivel bajo y 10.0% considera que tiene un nivel alto.

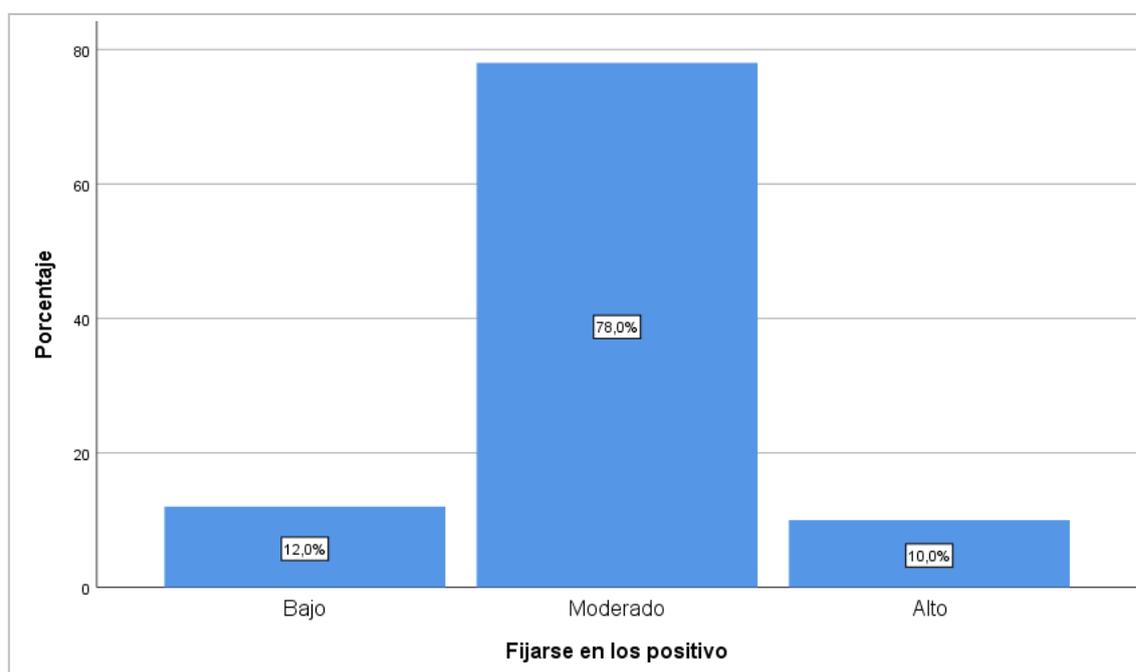


Gráfico N° 9: Fijarse en lo positivo (Po)
Fuente: Elaboración Propia

Tabla 10: Estrategia Buscar diversiones relajantes (Dr)

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	6	12,0
	Moderado	33	66,0
	Alto	11	22,0
<u>Total</u>		<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia buscar diversiones relajantes, un 66.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 22.0% considera que tiene un nivel alto y 12.0% considera que tiene un nivel bajo.

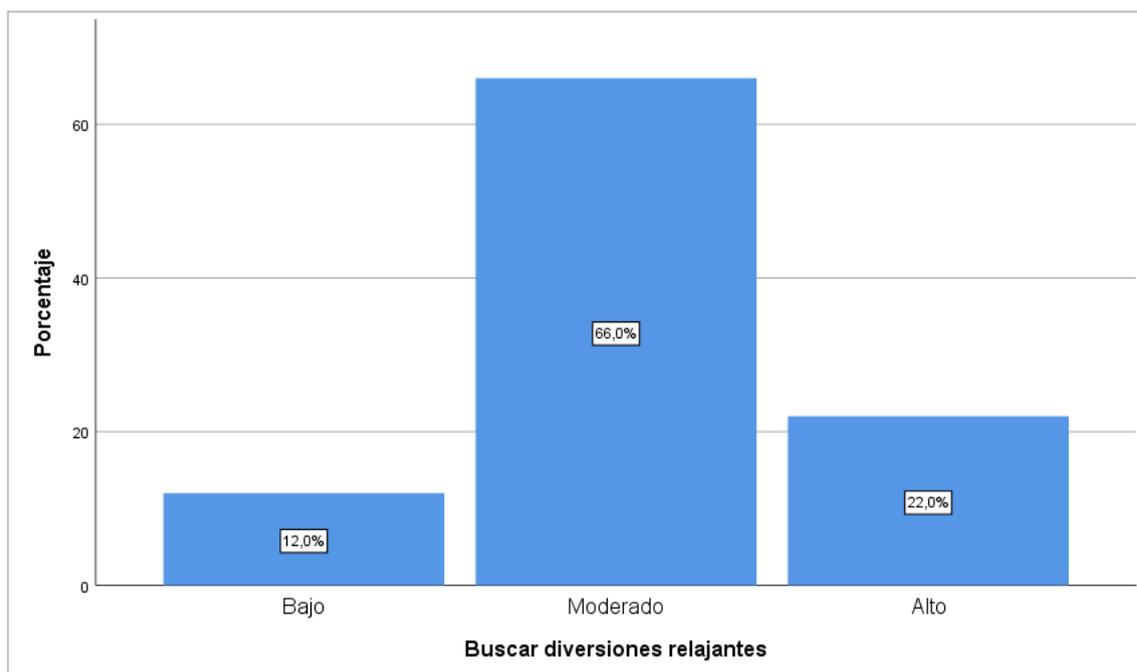


Gráfico N° 10: Buscar diversiones relajantes (Dr)

Fuente: Elaboración Propia

Tabla 11: Estrategia Distracción física (Fi)

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	9	18,0
	Moderado	31	62,0
	Alto	10	20,0
<u>Total</u>		<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia distracción física, un 62.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 20.0% considera que tiene un nivel alto y 18.0% considera que tiene un nivel bajo.

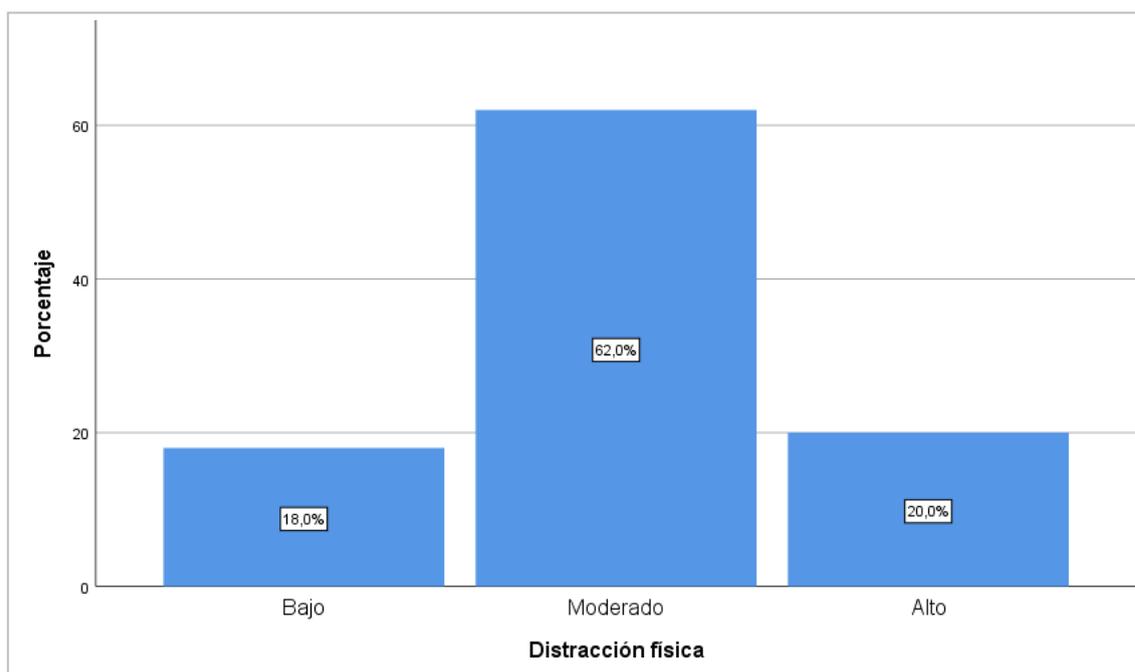


Gráfico N° 11: Distracción física (Fi)
Fuente: Elaboración Propia

2.- Dimensión: Estilo en Relación con los demás

Tabla 12: Estrategia Buscar apoyo social (As)

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	10	20,0
	Moderado	30	60,0
	Alto	10	20,0
	Total	50	100,0

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia buscar apoyo social, un 60.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 20.0% considera que tiene un nivel bajo y 20.0% considera que tiene un nivel alto.

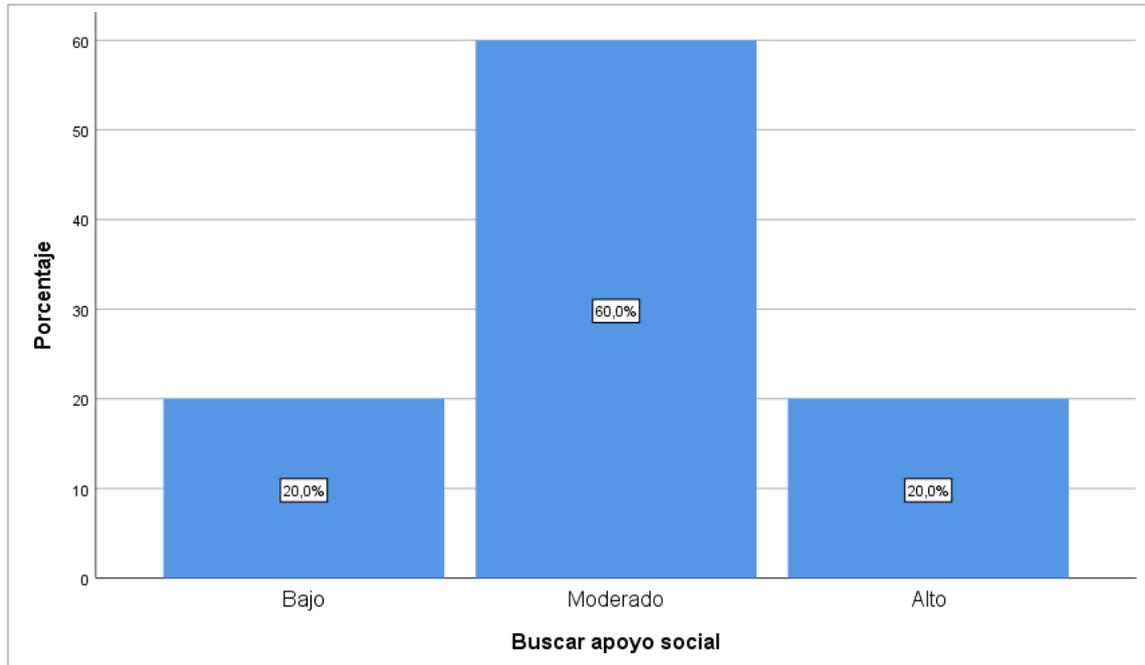


Gráfico N° 12: Buscar apoyo social (As)
Fuente: Elaboración Propia

Tabla 13: Estrategia Acción social (So)

		<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Válido	Bajo	4	8,0
	Moderado	36	72,0
	Alto	10	20,0
	<u>Total</u>	<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia acción social, un 72.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 20.0% considera que tiene un nivel alto y 8.0% considera que tiene un nivel bajo.

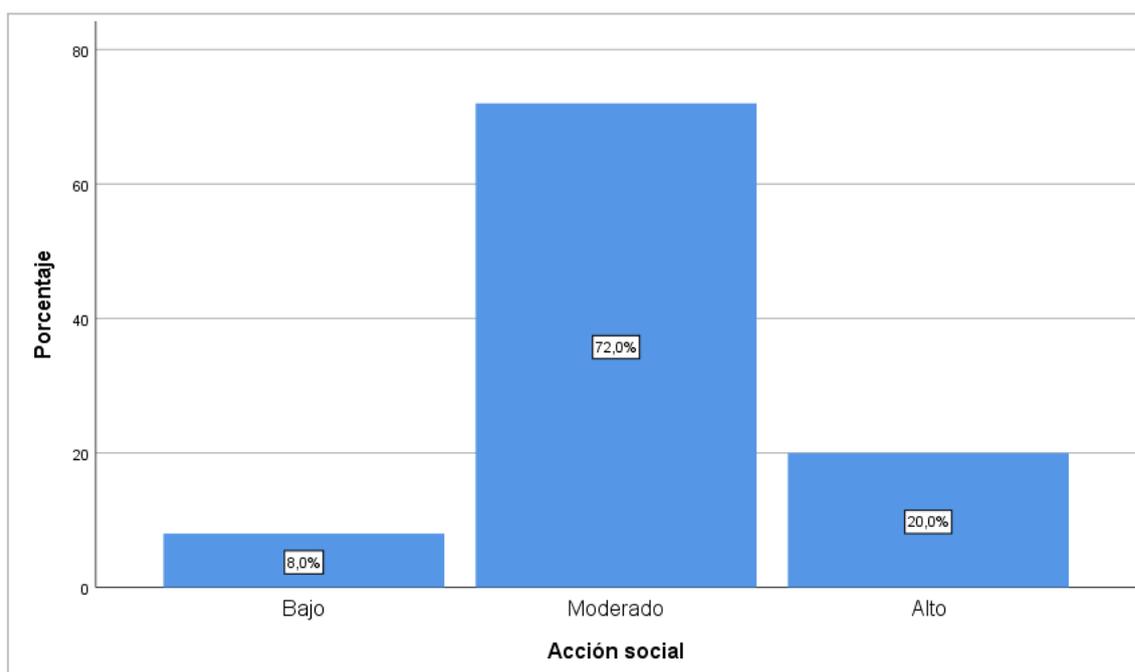


Gráfico N° 13: Acción social (So)
Fuente: Elaboración Propia

Tabla 14: Estrategia Buscar apoyo espiritual (Ae)

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	10	20,0
	Moderado	28	56,0
	Alto	12	24,0
	<u>Total</u>	<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia buscar apoyo espiritual, un 56.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 24.0% considera que tiene un nivel alto y 20.0% considera que tiene un nivel bajo.

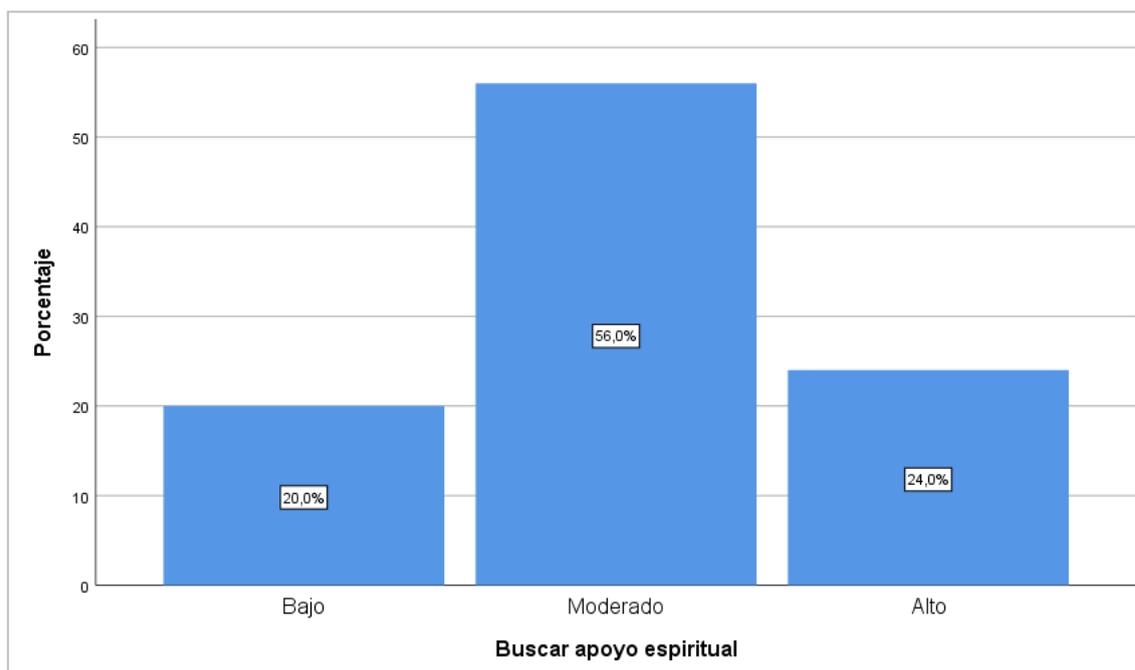


Gráfico N° 14: Buscar apoyo espiritual (Ae)
Fuente: Elaboración Propia

Tabla 15: Estrategia Buscar ayuda profesional (Ap)

		<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Válido	Bajo	13	26,0
	Moderado	27	54,0
	Alto	10	20,0
	<u>Total</u>	<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia buscar ayuda profesional, un 54.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 26.0% considera que tiene un nivel bajo y 20.0% considera que tiene un nivel alto.

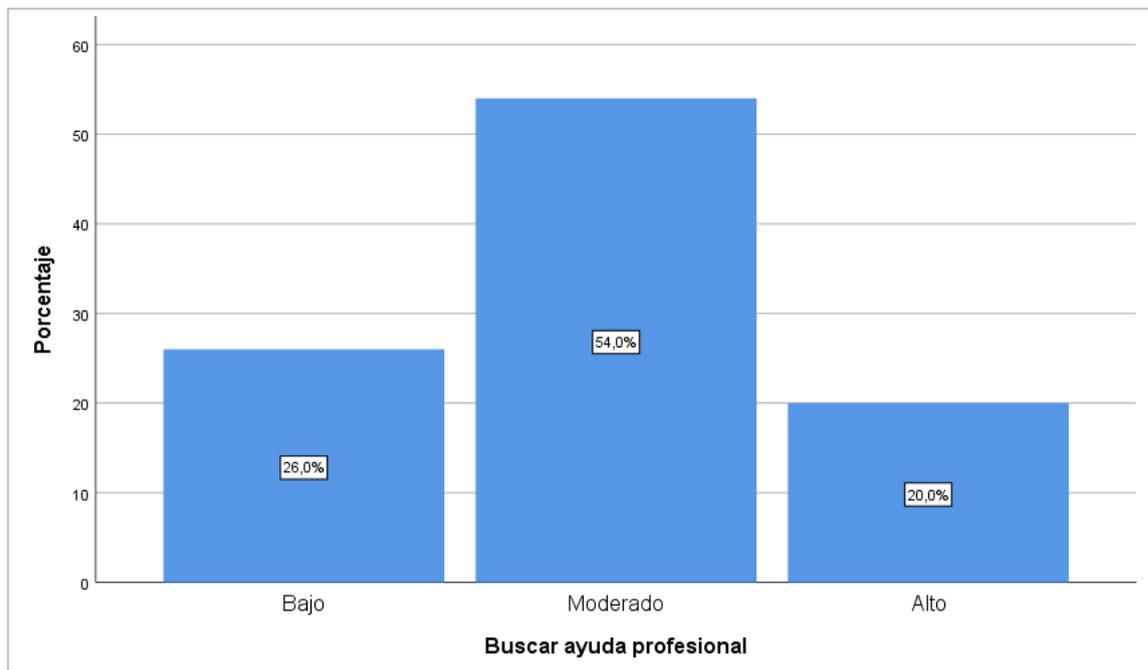


Gráfico N° 15: Buscar ayuda profesional (Ap)

Fuente: Elaboración Propia

3.- Dimensión: Estilo de Afrontamiento Improductivo

Tabla 16: Estrategia Preocuparse (Pr)

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	11	22,0
	Moderado	31	62,0
	Alto	8	16,0
Total		50	100,0

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia preocuparse, un 62.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 22.0% considera que tiene un nivel bajo y 16.0% considera que tiene un nivel alto.

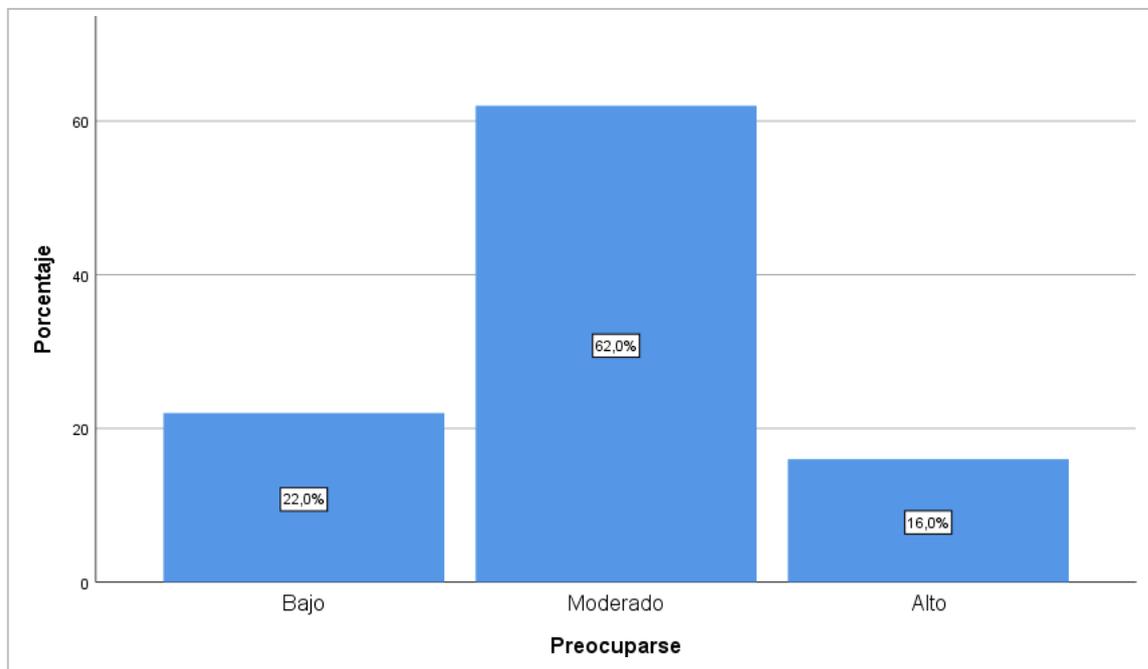


Gráfico N° 16: Preocuparse (Pr)
Fuente: Elaboración Propia

Tabla 17: Estrategia Hacerse ilusiones (Hi)

		<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Válido	Bajo	9	18,0
	Moderado	30	60,0
	Alto	11	22,0
	<u>Total</u>	<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia hacerse ilusiones, un 60.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 22.0% considera que tiene un nivel alto y 18.0% considera que tiene un nivel bajo.

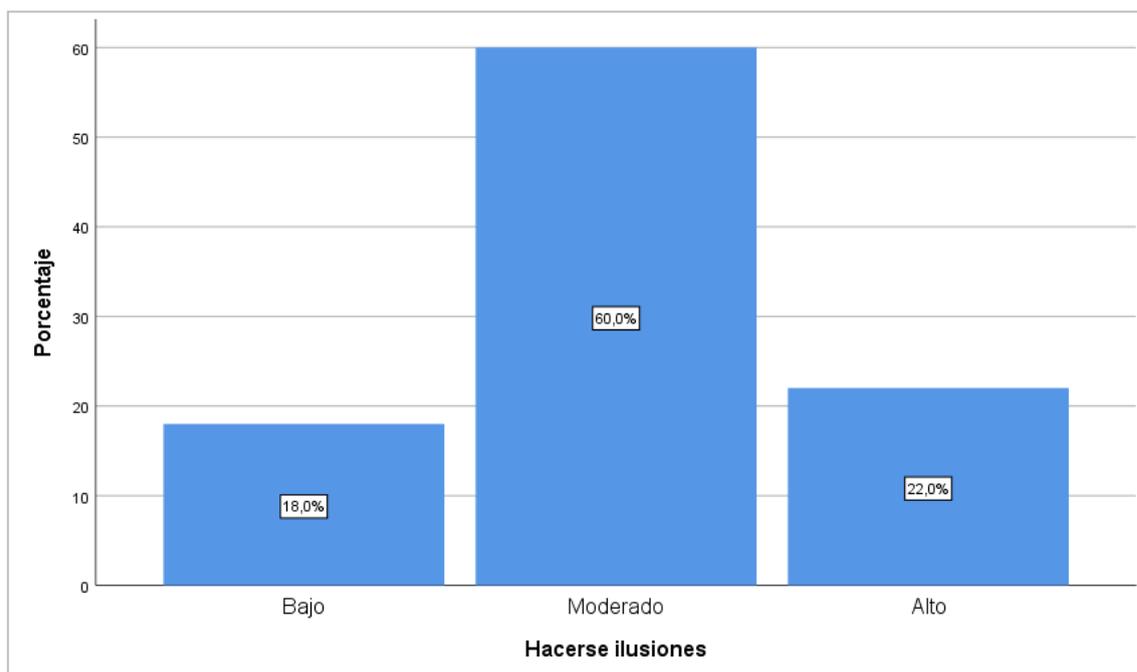


Gráfico N° 17: Hacerse ilusiones (Hi)
Fuente: Elaboración Propia

Tabla 18: Estrategia Falta de afrontamiento (Na)

		<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Válido	Bajo	9	18,0
	Moderado	32	64,0
	Alto	9	18,0
<u>Total</u>		<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia falta de afrontamiento, un 64.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 18.0% considera que tiene un nivel bajo y 18.0% considera que tiene un nivel alto.

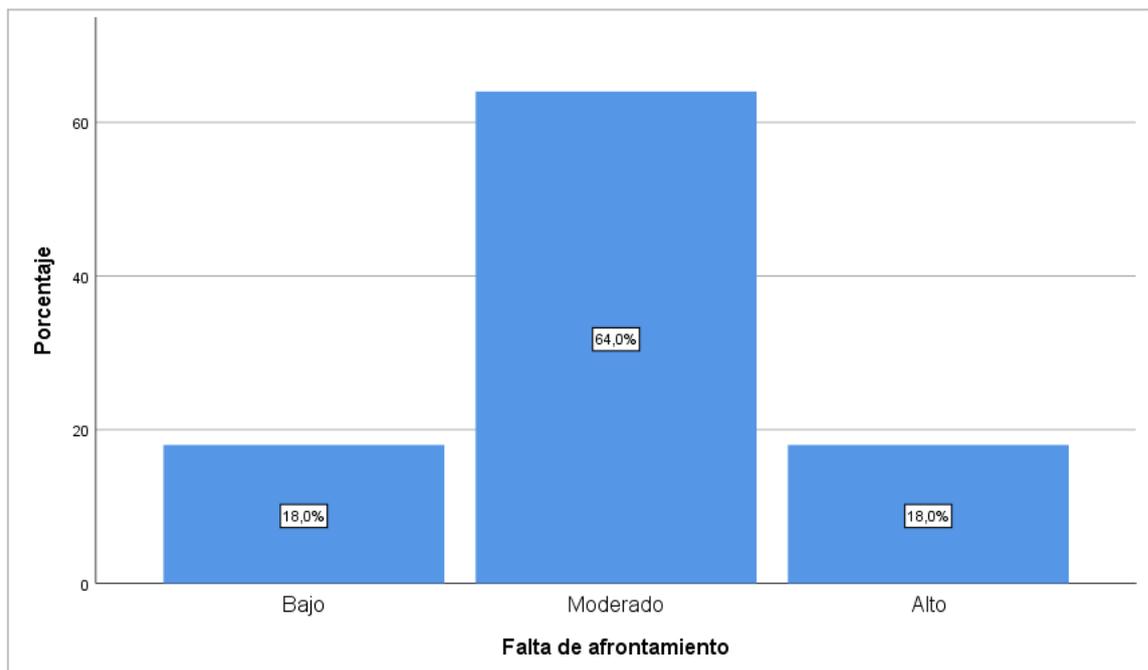


Gráfico N° 18: Falta de afrontamiento (Na)
Fuente: Elaboración Propia

Tabla 19: Estrategia Ignorar el problema (Ip)

		<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Válido	Bajo	8	16,0
	Moderado	32	64,0
	Alto	10	20,0
<u>Total</u>		<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia ignorar el problema, un 64.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 20.0% considera que tiene un nivel alto y 16.0% considera que tiene un nivel bajo.

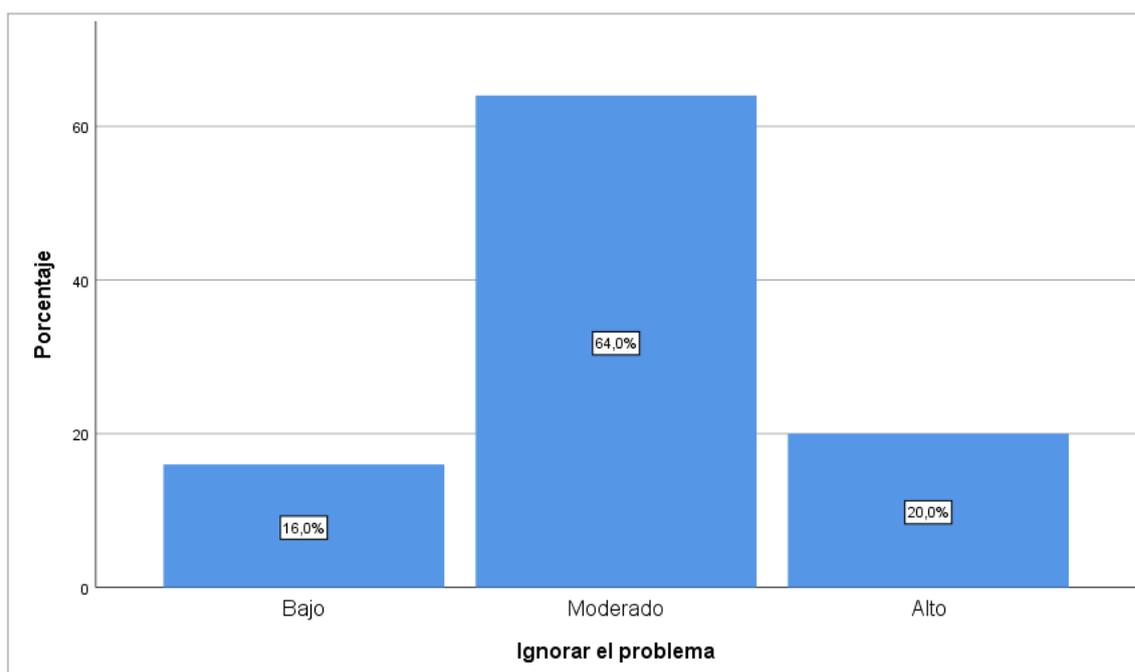


Gráfico N° 19: Ignorar el problema (Ip)
Fuente: Elaboración Propia

Tabla 20: Estrategia Reducción de la tensión (Rt)

		<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Válido	Bajo	7	14,0
	Moderado	35	70,0
	Alto	8	16,0
	<u>Total</u>	<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia reducción de la tensión, un 70.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 16.0% considera que tiene un nivel alto y 14.0% considera que tiene un nivel bajo.

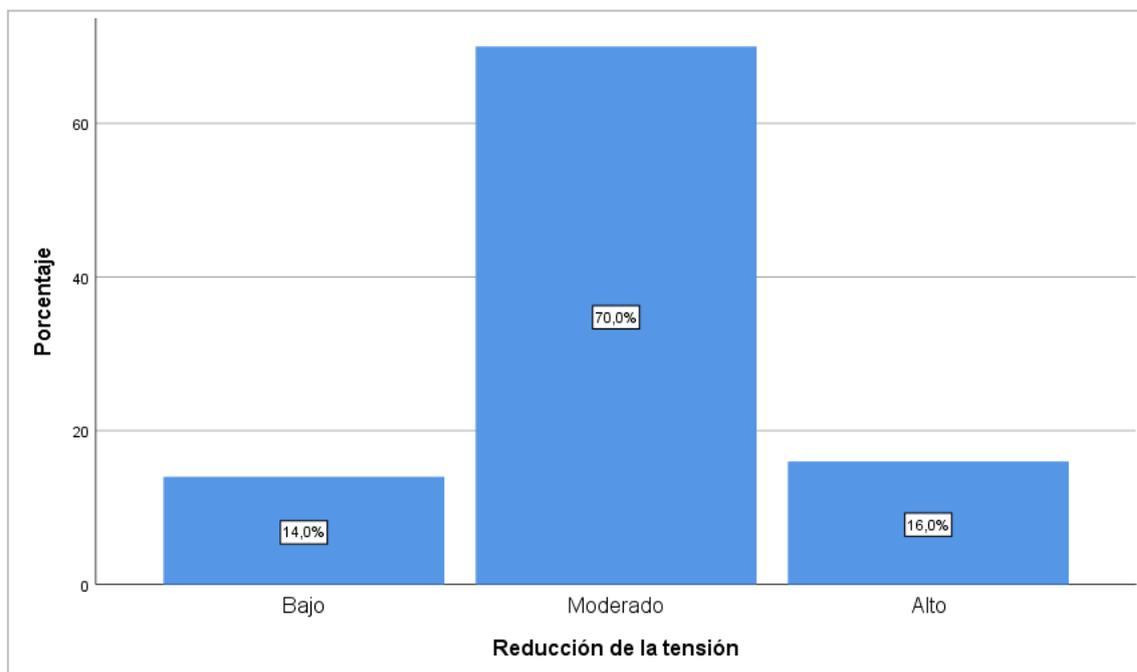


Gráfico N° 20: Reducción de la tensión (Rt)
Fuente: Elaboración Propia

Tabla 21: Estrategia Reservarlo para sí (Re)

		<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Válido	Bajo	10	20,0
	Moderado	32	64,0
	Alto	8	16,0
<u>Total</u>		<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia reservarlo para sí, un 64.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 20.0% considera que tiene un nivel bajo y 16.0% considera que tiene un nivel alto.

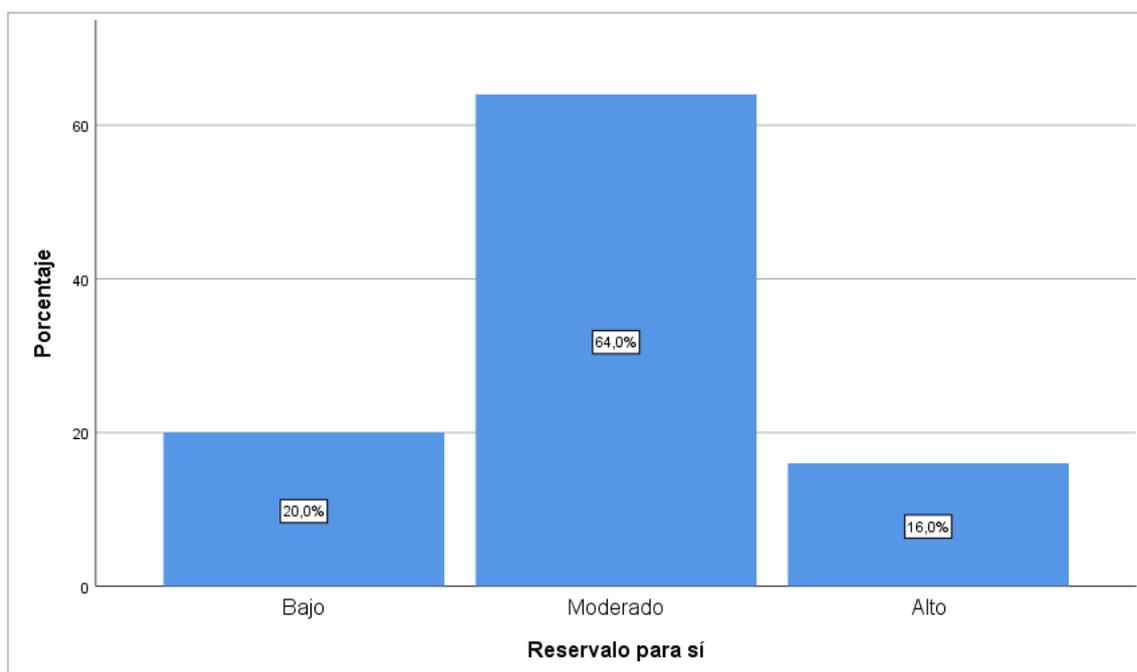


Gráfico N° 21: Reservarlo para sí (Re)
Fuente: Elaboración Propia

Tabla 22: Estrategia Autoinculparse (Cu)

		<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Válido	Bajo	6	12,0
	Moderado	35	70,0
	Alto	9	18,0
<u>Total</u>		<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la estrategia autoinculparse, un 70.0% considera que tienen un nivel moderado de uso de esa estrategia, un 18.0% considera que tiene un nivel alto y 12.0% considera que tiene un nivel bajo.

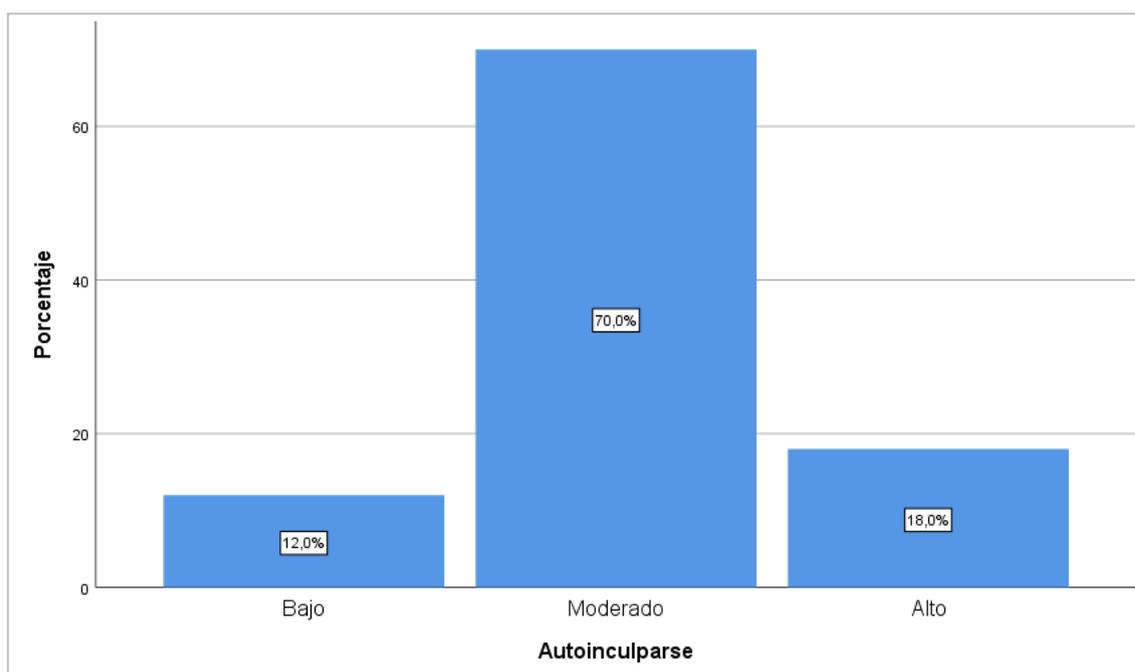


Gráfico N° 22: Autoinculparse (Cu)
Fuente: Elaboración Propia

VARIABLE DEPENDIENTE: Estrés

Tabla 23: Estrés

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	8	16,0
	Moderado	34	68,0
	Alto	8	16,0
Total		50	100,0

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la variable estrés, respondieron en promedio que, un 68.0% tienen un nivel moderado de estrés, un 16.0% tiene un nivel alto y el otro 16.0% tiene un nivel bajo.

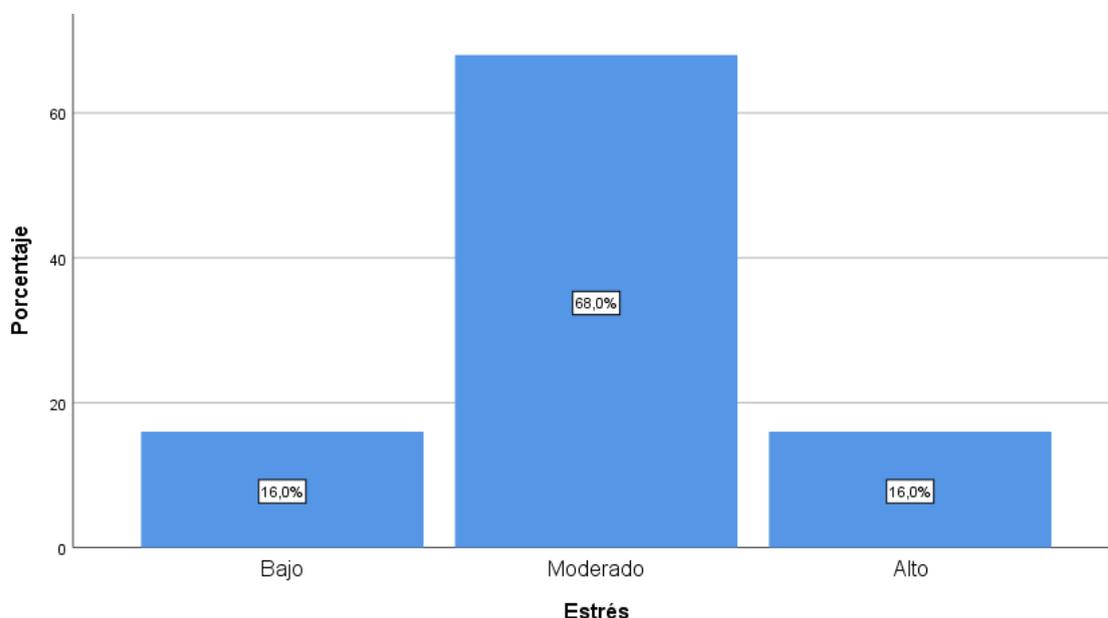


Gráfico N° 23: Estrés
Fuente: Elaboración Propia

DIMENSION: Fisiológicas

Tabla 24: Fisiológicas

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	12	24,0
	Moderado	28	56,0
	Alto	10	20,0
<u>Total</u>		<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la dimensión de estrés fisiológico, respondieron en promedio que, un 56.0% tienen un nivel moderado de estrés fisiológico, un 24.0% tiene un nivel bajo y el 20.0% tiene un nivel alto.

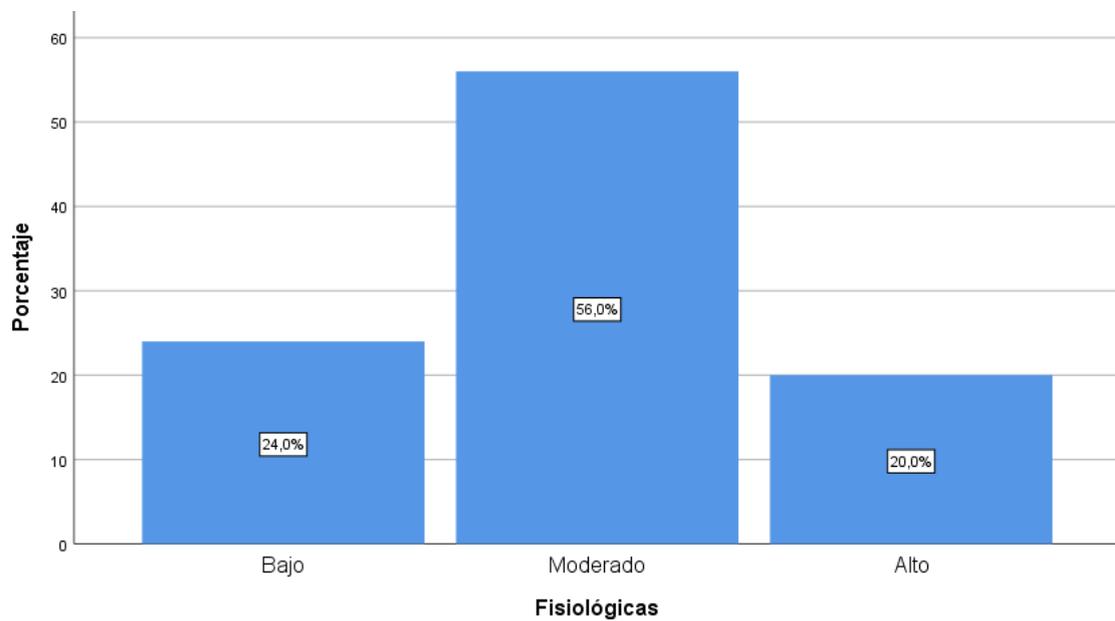


Gráfico N° 24: Fisiológicas
Fuente: Elaboración Propia

DIMENSION: Físicas

Tabla 25: Físicas

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	4	8,0
	Moderado	44	88,0
	Alto	2	4,0
<u>Total</u>		<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la dimensión de estrés físico, respondieron en promedio que, un 88.0% tiene un nivel moderado de estrés físico, un 8.0% tiene un nivel bajo y el 4.0% tiene un nivel alto.

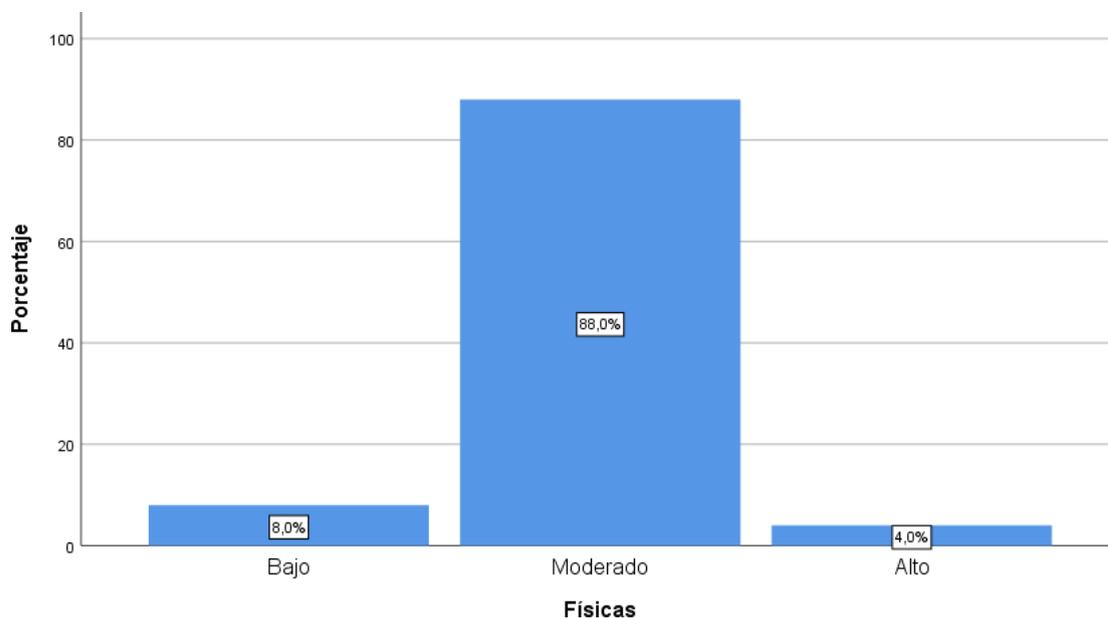


Gráfico N° 25: Físicas
Fuente: Elaboración Propia

DIMENSION: Psicológicas

Tabla 26: Psicológicas

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	8	16,0
	Moderado	35	70,0
	Alto	7	14,0
<u>Total</u>		<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la dimensión de estrés psicológico, respondieron en promedio que, un 70.0% tiene un nivel moderado de estrés psicológico, un 16.0% tiene un nivel bajo y el 14.0% tiene un nivel alto.

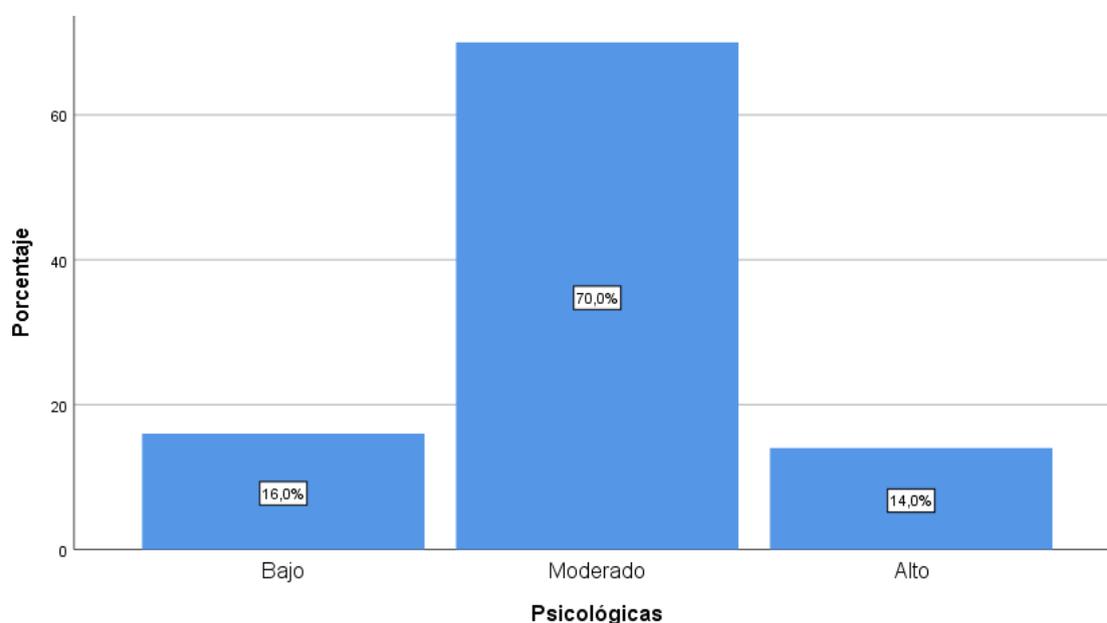


Gráfico N° 26: Psicológicas
Fuente: Elaboración Propia

DIMENSION: Comportamentales

Tabla 27: Comportamentales

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	12	24,0
	Moderado	28	56,0
	Alto	10	20,0
<u>Total</u>		<u>50</u>	<u>100,0</u>

Interpretación

De la muestra encuestada de estudiantes, frente a la dimensión de estrés comportamental, respondieron en promedio que, un 56.0% tienen un nivel moderado de estrés comportamental, un 24.0% tiene un nivel bajo y el 20.0% tiene un nivel alto.

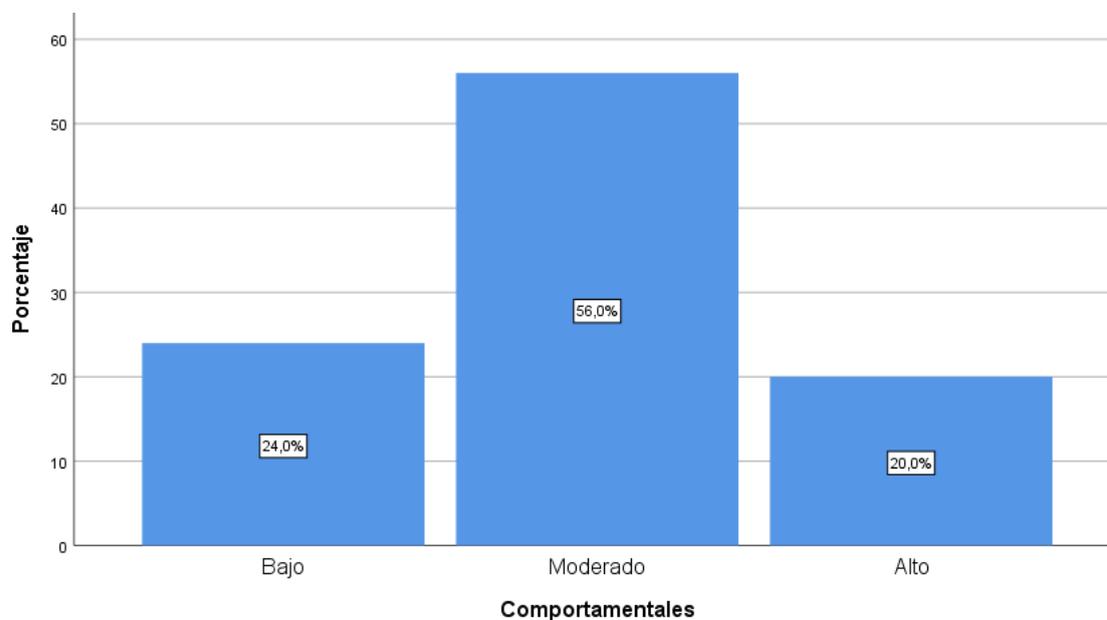


Gráfico N° 27: Comportamentales
Fuente: Elaboración Propia

5.2 Resultados inferenciales.

Tabla 28: Correlación entre el Afrontamiento y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima 2022

			V1 (Agrupada)	V2 (Agrupada)
Rho de Spearman	V1 (Agrupada)	Coeficiente de correlación	1,000	,115
		Sig. (bilateral)	.	,426
		N	50	50
	V2 (Agrupada)	Coeficiente de correlación	,115	1,000
		Sig. (bilateral)	,426	.
		N	50	50

Interpretación

De acuerdo al hallazgo obtenido en la tabla se evidencia que, el coeficiente de correlación entre el afrontamiento y el nivel de estrés es de +0.115, esto nos indica que no hay relación entre ambas variables, esto se corrobora mediante el valor de la significancia (Sig.=0.426) que es mayor a 0.05, según Rho de Spearman, con lo cual no se rechaza la hipótesis nula, determinando que no existe relación entre el afrontamiento y el nivel de estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022.

Tabla 29: Correlación entre el estilo de Afrontamiento Resolver el Problema y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022

		V2 (Agrupada)	V1 D1 (Agrupada)
Rho de Spearman	V2 (Agrupada)	1,000	-,053
	Coeficiente de correlación		
	Sig. (bilateral)	.	,714
	N	50	50
V1_D1 (Agrupada)	V1_D1 (Agrupada)	-,053	1,000
	Coeficiente de correlación		
	Sig. (bilateral)	,714	.
	N	50	50

Interpretación

De acuerdo al hallazgo obtenido en la tabla se evidencia que, el coeficiente de correlación entre el afrontamiento resolver el problema y el nivel de estrés es de -0.053, esto nos indica que no hay relación entre ambas variables, se corrobora mediante el valor de la significancia (Sig.=0.714) que es mayor a 0.05, según Rho de Spearman, con lo cual no se rechaza la hipótesis nula, determinando que no existe relación entre el afrontamiento resolver el problema y el nivel de estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022.

Tabla 30: Correlación entre el estilo de Afrontamiento en relación con los demás y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima 2022

			V2 (Agrupada)	V1_D2 (Agrupada)
Rho de Spearman	V2 (Agrupada)	Coeficiente de correlación	1,000	,003
		Sig. (bilateral)	.	,985
		N	50	50
	V1_D2 (Agrupada)	Coeficiente de correlación	,003	1,000
		Sig. (bilateral)	,985	.
		N	50	50

Interpretación

De acuerdo al hallazgo obtenido en la tabla se evidencia que, el coeficiente de correlación entre el afrontamiento en relación con los demás y el nivel de estrés es de +0.003, esto nos indica que no hay relación entre ambas variables, se corrobora mediante el valor de la significancia (Sig.=0.985) que es mayor a 0.05, según Rho de Spearman, con lo cual no se rechaza la hipótesis nula, determinando que no existe relación entre el afrontamiento en relación con los demás y el nivel de estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022.

Tabla 51: Correlación entre el estilo de Afrontamiento Improductivo y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima 2022

			V2 (Agrupada)	V1_D3 (Agrupada)
Rho de Spearman	V2 (Agrupada)	Coeficiente de correlación	1,000	,320*
		Sig. (bilateral)	.	,024
		N	50	50
	V1_D3 (Agrupada)	Coeficiente de correlación	,320*	1,000
		Sig. (bilateral)	,024	.
		N	50	50

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Interpretación

De acuerdo al hallazgo obtenido en la tabla se evidencia que, el coeficiente de correlación entre el afrontamiento improductivo y el nivel de estrés es de +0.320, esto nos indica que puede haber relación entre ambas variables, esto se corrobora mediante el valor de la significancia (Sig.=0.024) que es menor a 0.05, según Rho de Spearman, con lo cual se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, determinando que existe relación entre el afrontamiento improductivo y el nivel de estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos. En otros términos, cuando el afrontamiento no productivo es mayor, el nivel de estrés también aumenta.

VI. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

6.1 Contrastación y demostración de la hipótesis con los resultados

Hipótesis General:

Ha: Existe relación significativa entre el afrontamiento y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022.

Ho: No existe relación entre el afrontamiento y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022.

Con relación a si existe relación significativa entre el afrontamiento y el estrés y de acuerdo con el Rho de Spearman se logró determinar que el afrontamiento no tiene relación con el nivel de estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos. Debido a que la significancia (0.426) hallada es mayor a 0.05%.

Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula, determinando que no existe relación entre el afrontamiento y el nivel de estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022.

Hipótesis Específica 1:

Ha: Existe relación significativa entre el afrontamiento y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022.

H1: Existe relación entre el afrontamiento resolver el problema y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022.

Con relación a si existe relación significativa entre el afrontamiento resolver el problema y el estrés, se logró determinar que el afrontamiento resolver el problema no tiene relación con el nivel de estrés en los estudiantes del quinto

grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos. Debido a que la significancia (0.714) hallada es mayor a 0.05%.

Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula, determinando que no existe relación entre el afrontamiento resolver el problema y el nivel de estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022.

Hipótesis Específica 2:

Ha: Existe relación significativa entre el afrontamiento y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022.

H2: Existe relación entre el afrontamiento relación con los demás y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022.

Con relación a si existe relación significativa entre el afrontamiento relación con los demás y el estrés, se logró determinar que el afrontamiento en relación con los demás no tiene relación con el nivel de estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos, debido a que la significancia (0.985) hallada es mayor a 0.05%.

Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula, determinando que no existe relación entre el afrontamiento en relación con los demás y el nivel de estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022.

Hipótesis Específica 3:

Ha: Existe relación significativa entre el afrontamiento y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022.

H2: Existe relación entre el afrontamiento no productivo y el estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022.

Con relación a si existe relación significativa entre el afrontamiento no productivo y el estrés, se logró determinar que el afrontamiento no productivo tiene relación con el nivel de estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos. Debido a que la significancia (0.024) hallada es menor a 5%, de este último se detalla que cuando el afrontamiento improductivo es mayor, el nivel de estrés también aumenta.

Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna, determinando que existe relación entre el afrontamiento no productivo y el nivel de estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos. En otros términos, cuando el afrontamiento no productivo es mayor, el nivel de estrés también aumenta.

6.2 Contrastación de los resultados con otros estudios similares

a) Con respecto al Afrontamiento frente al estrés

En nuestro estudio, se encontró que un 56.0% es moderado, un 28.0% su nivel es alto y un 16.0% su nivel es bajo, en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos.

*En el estudio de investigación del “Estrés Académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la universidad nacional del Altiplano Puno” de Dueñas (2017). Se encontró que un 75.3% de los estudiantes utilizaron las estrategias de afrontamiento de manera regular.

Lo que coincide con lo hallado en la presente investigación, ya que se observó que el 56% de los estudiantes considera tener un nivel regular frente al afrontamiento.

b) Con respecto a las dimensiones del Afrontamiento (Resolver el problema, En relación con los demás y el afrontamiento improductivo)

En nuestro estudio, se encontró que el afrontamiento más utilizado es: Afrontamiento resolver el problema con un 60 %, donde se encuentra: Esforzarse y tener éxito (Es), Fijarse en lo positivo (Po), moderadamente

utilizado con un 56% es el Afrontamiento improductivo donde se encuentra: Falta de afrontamiento (Na) , Ignorar el problema (Ip), y menos utilizado es en relación con los demás con un 50%, donde se encuentra: Acción social (So), Buscar ayuda profesional (Ap)

*En el estudio de investigación “Estrategias de afrontamiento en adolescentes de quinto de secundaria de lima metropolitana” de Gutiérrez (2018) se encontró que las estrategias de afrontamiento frente al estrés más utilizadas por los adolescentes son: fijarse en lo positivo, esforzarse y tener éxito, acción social, apoyo profesional, ignorar el problema y la de no afrontamiento, correspondiendo la primera y segunda al Estilo de “Resolver el problema”, tercera y cuarta al Estilo “En relación con los demás” y, la quinta y la sexta al Estilo de “Afrontamiento improductivo”

*En el estudio de investigación “Estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de primero de secundaria” de Rivero (2020). Se encontró en que el afrontamiento al estrés más utilizado por los adolescentes es resolver el problema con un 64.9% del total.

*En el estudio “Estrategias de afrontamiento en estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria de una institución educativa pública del Callao” de Vásquez (2018). Se encontró que las estrategias más utilizadas por los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria de la institución educativa Sarita Colonia son: buscar diversiones relajantes (71,9%), preocuparse (64,47%) y esforzarse y tener éxito (60,35%).

Lo que coincide con lo hallado, ya que se observó un 60% en el afrontamiento resolver el problema, en relación con los demás un 56% y un 50% con el afrontamiento improductivo.

c) Con respecto al estrés en la pandemia COVID 19 en los adolescentes

En nuestro estudio, se encontró un nivel moderado con un 68% de los alumnos, el nivel de estrés alto en el 16% y el nivel de estrés bajo en el otro 16%.

*En el estudio de investigación “Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España.” de Ozami, Dosil, Picaza y Idoiaga (2020), se encontró que los niveles de sintomatología han sido bajos en general al principio de la alarma, la población más joven y con enfermedades crónicas ha referido sintomatología más alta que el resto de población.

No coincide con lo hallado, puede ser que en España tengan estrategias de afrontamiento frente a la pandemia más eficaces que en nuestro país.

*En el estudio de investigación “Estrés académico en estudiantes universitarios asociado a la pandemia por covid-19” de González (2020). Se encontró el 35.8% de los estudiantes participantes no cuentan con una computadora personal, que el 35% no tenga acceso a internet o sea muy irregular el servicio.

Coincide con lo hallado, puesto que hay un nivel moderado de estrés en tiempos de la pandemia, ya sea por una posible desorganización en el estudio, al haberse alterado las rutinas y espacios académicos y la percepción de pérdida de control puede incrementar en estrés académico.

6.3 Responsabilidad ética de acuerdo con los reglamentos vigentes

En esta presente investigación se tomó en cuenta las normas internacionales del estilo Vancouver para la realización de las citas correspondientes en la bibliografía, respetando la autoría de las investigaciones.

Asimismo, se presentó el consentimiento informado a los padres de familia y la autorización a la institución educativa para la realización de la investigación, no estando obligados a realizar los instrumentos para la investigación y se cumplió con el principio ético de autonomía de la persona y beneficencia, no provocando daño alguno y se mantuvo el anonimato de los estudiantes para la realización del instrumento, asegurando la confidencialidad de la información proporcionada para la investigación, garantizando e informándole que no se dará a conocer el resultado de los instrumentos realizados. Se siguió las pautas respetando la veracidad de los datos y la autenticidad de los resultados.

CONCLUSIONES

El desarrollo de la presente investigación nos permitió llegar a las siguientes conclusiones:

1. Se encontró que un 56% de los adolescentes presenta un nivel de afrontamiento moderado; ya que muchos de ellos utilizan las herramientas de fijarse en lo positivo ante un problema o buscar apoyo social o espiritual para el manejo del estrés.
2. Se encontró que el 68% de los adolescentes presenta un nivel de estrés moderado; debido a que algunos adolescentes usan la estrategia de reducir la tensión, inclinándose al uso de drogas, alcohol o cigarros; asimismo, ignorar el problema o la situación que los conlleva al estrés.
3. No existe relación entre el afrontamiento resolver el problema y el nivel de estrés; debido a que, los adolescentes a pesar de las medidas de aislamiento debido a la pandemia Covid-19 han hecho uso de la estrategia de buscar diversiones relajantes en casa como escuchar música, leer un libro, ver películas o series, hacer llamadas o videollamadas con sus pares, etc.
4. No existe relación entre el afrontamiento en relación con los demás y el nivel de estrés; ya que, algunos de los adolescentes buscan compartir sus problemas con otros; a fin de, buscar apoyo para afrontarlos o resolverlos.
5. Existe relación entre el afrontamiento improductivo y el nivel de estrés; debido a que, frente a situaciones estresantes que se les presenta tienden a preocuparse de manera exagerada, autoinculparse o reservárselo para sí, aislándose de los demás y evitando de esa manera que se les pueda orientar sobre un correcto manejo del estrés.

RECOMENDACIONES

1.- Implementar políticas públicas para la creación de un programa de intervención en estrategias de afrontamiento del estrés para que permita a los adolescentes hacer frente a los problemas o factores estresantes y generen bienestar personal y social.

2.- Desarrollar talleres donde el objetivo principal sea reforzar las estrategias de afrontamiento, donde el estudiante cuente sus experiencias relacionadas al afrontamiento y aprenda a tomar las decisiones correctas en todos los ámbitos de su vida y trabajar para superar los obstáculos que se le presenten en la vida diaria.

3.- Se recomienda a la directora de la Institución Educativa César Vallejo N°2017, realizar capacitaciones a sus docentes para la formación de un programa de intervención de estrés con el apoyo profesional adecuado.

4.- Debido a que el afrontamiento improductivo está relacionado con el estrés, se recomienda charlas, talleres, etc. a los padres, docentes y estudiantes, con la finalidad de identificar los aspectos positivos y negativos de su proceso de afrontamiento y evitar conductas de riesgo en los adolescentes.

5.- Educación a los padres por parte de personal capacitado para que puedan apoyar a los adolescentes en el proceso de autonomía e independencia, fortaleciendo a la toma de decisiones responsables, mediante tareas y responsabilidades, demostrando el cariño y los límites. Debido a que, si tienen mayor independencia y madurez, los adolescentes tienden a afrontar las situaciones estresantes de formas más óptimas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. abcdelestres. *El Estrés según la Organización Mundial de la Salud* [Internet]. abcdelestres. 2015. Disponible en: <https://abcdelestres.wordpress.com/2015/05/13/el-estres-segun-la-organizacion-mundial-de-la-salud/>
2. *Prevención por medio de la Paternidad* [Internet]. Ashlanddecisions.org. 2015. Disponible en: https://www.ashlanddecisions.org/wp-content/uploads/2018/10/ADET-Stress_SPA-JAN2018-019-MAPA.pdf
3. Ministerio de Salud. *Entre el 15 y 20% de adolescentes peruanos presentan estrés y tensión* [Internet]. Gob.pe. 2006. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/41792-entre-el-15-y-20-de-adolescentes-peruanos-presentan-estres-y-tension>
4. Chávez Amaya, C. *El 33% de niños y adolescentes tiene problemas de salud mental asociados a la pandemia* [Internet]. Ojo Público. 2021 Disponible en: <https://ojo-publico.com/2599/tres-de-cada-10-ninos-presentan-problemas-de-salud-mental-en-peru>
5. *Save the Children advierte de que las medidas de aislamiento social por la Covid-19 pueden provocar en los niños y niñas trastornos psicológicos permanentes como la depresión* [Internet]. Salva a los niños. 2020. Disponible en: <https://www.savethechildren.es/notasprensa/save-children-advierte-de-que-las-medidas-de-aislamiento-social-por-la-covid-19-pueden>
6. Organización Mundial de la Salud. *Salud mental del adolescente* [Internet]. Who.int.2021 Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
7. Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado - Hideyo Noguchi" [Internet]. Insm.gob.pe. 2022. Disponible en: <https://www.insm.gob.pe/oficinas/comunicaciones/notasdeprensa/2020/043.html>
8. SalazarAlca K. *Estrategias de afrontamiento al estrés en adolescentes escolares – 2021*. [Internet]. [Perú]: Universidad Privada del Norte; 2021. Disponible en: <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/27518/Salazar%20Alca%2c%20Katherine%20Rosa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
9. González Roca L. *Estilos de afrontamiento y soporte social en estudiantes de secundaria de un colegio en Lima Norte – 2020* [Internet]. [Perú]: Universidad Católica Sedes Sapientiae; 2020. Disponible en: <http://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/UCSS/758/Gonz%C3%A1lez%20Roca%2C%20Lizbeth%20Pamela%20->

[%20Estilos%20de%20afrentamiento%20 %20soporte%20social.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

10. Rivero Castro D. *Estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de primero de secundaria de una institución educativa privada de Lima Metropolitana – 2020* [Internet]. [Perú]: Pontificia Universidad Católica del Perú; 2020. Disponible en: https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/16963/RIVERO_CASTRO_DANIELA_LUC%C3%8DA.pdf?sequence=1
11. Chucas Gracia E. *Estrés académico y adaptación a la vida universitaria, en estudiantes del primer ciclo de la Universidad Señor de Sipán – 2019* [Internet]. [Perú]: Universidad César Vallejo; 2019. Disponible en: <https://us.docworkspace.com/d/sAN6Z57fe7c948JCNkqmnFA>
12. Luna Santos J. *Correlación entre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes del quinto año de secundaria del Colegio Salesiano Don Bosco de Arequipa, 2018* [Internet]. [Perú]: Universidad Nacional de San Agustín; 2019. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/8100/EDMlusajl.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
13. Vasquez Quispe D. *Estrategias de afrontamiento en estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria de una institución educativa pública del Callao – 2018* [Internet]. [Perú]: Universidad Inca Garcilazo de la Vega; 2018. Disponible en: <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2215/TRAB.SUF.RPOF.Diego%20Humberto%20Vasquez%20Quispe.pdf?sequence=2>
14. Gutierrez Ingunza K. *Estrategias de afrontamiento en adolescentes de quinto de secundaria de lima metropolitana – 2018* [Internet]. [Perú]: Universidad Ricardo Palma; 2018. Disponible en: https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/2462/T030_7322865_2_T%20%20%20GUTIERREZ%20INGUNZA%20KATHERINE%20HORENCIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
15. Escajadillo Pilco A. *Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución educativa 2095 Herman Busse de la Guerra - Los Olivos, 2018* [Internet]. [Perú]: Universidad César Vallejo; 2019. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31690/Escajadillo_PAV.pdf?sequence=1
16. Choque Pariona E. *Estrategias de afrontamiento y funcionamiento familiar en adolescentes de una Institución Educativa de Jesús María – Lima, 2018* [Internet]. [Perú]: Universidad Nacional Federico Villareal; 2018. Disponible en:

<http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2057/CHOQUE%20PARIONA%20EVELING%20ANDREA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

17. Medina Espinoza E. *Estrés y rendimiento académico en estudiantes del 5º de secundaria de la I.E. María Parado de Bellido Pasco – 2017* [Internet]. [Perú]: Universidad César Vallejo; 2017. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/30087/medina_ee.pdf?sequence=1&isAllowed=y
18. Dueñas Zúñiga H. *Estrés Académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la universidad nacional del Altiplano Puno - 2017* [Internet]. [Perú]: Universidad Nacional del Altiplano; 2017. Disponible en: https://us.docworkspace.com/d/sAPLING_e7c94ksmknqmnFA
19. Urbano Reaño E. *Estilos de Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes de la escuela de líderes escolares de lima norte - 2017* [Internet]. [Perú]: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2017. Disponible en: https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/6441/Estilos_UrbanoReano_Edira.pdf?sequence=1&isAllowed=y
20. Valero Cedeño, N. Vélez Cuenca, M. Duran Mojica, A. Torres Portillo, M. *Afrontamiento del COVID-19: estrés, miedo, ansiedad y depresión*. Valero, N/et al/Enfermería Investiga, Investigación, Vinculación, Docencia y Gestión- Vol 5 No 3 2020 (Julio - septiembre). 2020;63-70. Disponible en: [file:///D:/PC/Descargas/913-110-2157-1-10-20200706%20\(1\).pdf](file:///D:/PC/Descargas/913-110-2157-1-10-20200706%20(1).pdf)
21. González Velásquez L. *Revista Digital Espacio I+D. revista digital de la universidad autónomas de chiapas* [Internet]. 2020; ISSN 2007-6703. Disponible en: <https://espacioimasd.unach.mx/index.php/Inicio/article/view/249/782>
22. Barraza Macías A. *El estrés de pandemia (COVID 19) en población mexicana* [Internet]. México: Centro de Estudios Clínica e Investigación Psicoanalítica S.C; 2020. Disponible en: <http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/Coronavirus.pdf>
23. Ozamiz-Etxebarria N, Dosil-Santamaria M, Picaza-Gorrochategui M, Idoiaga-Mondragon N. *Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España*. *Cad Saude Publica* [Internet]. 2020;36(4). Disponible en: <https://www.scielo.br/j/csp/a/bnNQf4rdcMNpPjgfnpWPQzr/?format=html>
24. González Cabanach, R. Souto-Gestal, A. González-Doniz, L. Franco Taboada, V., editor. *Perfiles de afrontamiento y estrés académico en*

- estudiantes universitarios*. [Internet]. Vol. 36(2)421-433. 2018. Disponible en: <https://revistas.um.es/rie/article/view/290901/231341>
25. Pacheco Castillo J. Estrés Académico de los estudiantes de enfermería en una Universidad Privada de Puerto Rico y su Asociación con el rendimiento Académico – 2017 [Internet]. [España]: Universidad de Málaga; 2017. Disponible en: <https://us.docworkspace.com/d/sAHJfr23e7c94 ITukqmnFA>
 26. Aguilar Durán L, editor. Estrés en una muestra de niños de Caracas [Internet]. Vol. 24. Katharsis: Revista de Ciencias Sociales; 2017. Disponible en: [http://file:///D:/PC/Descargas/Dialnet-EstresEnUnaMuestraDeNinosDeCaracas-6134474%20\(1\).pdf](http://file:///D:/PC/Descargas/Dialnet-EstresEnUnaMuestraDeNinosDeCaracas-6134474%20(1).pdf)
 27. Coello O. *Teoría de la adolescencia, de Anna Freud... y si al final TODOS estuvimos allí* [Internet]. Blogspot.com. 2019. Disponible en: <https://victoromaria.blogspot.com/2019/08/teoria-de-la-adolescencia-de-anna-freud.html>
 28. Montes Galeano L. *Sor Callista Roy-Modelo de Adaptación* [Internet]. Blogspot.com. 2015. Disponible en: <https://enfemeriadca.blogspot.com/2015/10/sor-callista-roy-modelo-de-adaptacion.html?msclkid=ded660d8a8a711ec97603e32e9a7e3eb>
 29. Cosenza G. *La Teoría del Estrés de Hans Selye* [Internet]. Blogspot.com. Blogger; 2010. Disponible en: <https://psicosenza.blogspot.com/2010/01/la-teoria-del-estres-de-hans-selye.html>
 30. Vera Estévez M. *La Teoría del Afrontamiento del Estrés de Lazarus y los Moldes Cognitivos* [Internet]. Idoc.pub. 2019. Disponible en: <https://idoc.pub/documents/idocpub-pd49dr6vo1n9>
 31. UNICEF. *Adolescencia en tiempos de #COVID19* [Internet]. Unicef.org. 2020. Disponible en: <https://www.unicef.org/argentina/historias/adolescencia-en-tiempos-de-covid19>
 32. Sanchez Alvarez P. *Definición de afrontamiento del estrés* [Internet]. Artículo.org. 2010. Disponible en: <https://www.articulo.org/articulo/15844/definicion-de-afrontamiento-del-estres.html>
 33. Gaeta González M, Martín Hernández P. *Estrés y adolescencia: estrategias de afrontamiento y autorregulación en el contexto escolar*. Stvdivm [Internet]. 2009;(15):327-44. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3074506>

34. Frydenberg E, Lewis R. ACS. *Escala de afrontamiento para adolescentes* [Internet]. Pseaconsultores.com. Disponible en: <https://pseaconsultores.com/wp-content/uploads/2020/10/ACS.-Escalas-de-afrontamiento-para-adolescentes.pdf>
35. La adolescencia - Programa de Educación Sexual [Internet]. Uchile.cl. 2014. Disponible en: <http://educacionsexual.uchile.cl/index.php/hablando-de-sexo/adolescencia/la-adolescencia>
36. Torrades S. Estrés y burn out. Definición y prevención. *Offarm* [Internet]. 2007;26(10):104-7. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-estres-burn-out-definicion-prevencion-13112896>
37. Arteaga Lara A. El Estrés en Adolescentes [Internet]. *Inteliglobemex.com*. 2005. Disponible en: http://inpsiquiatria.inteliglobemex.com/portal/saludxmi/biblioteca/estres/005_Estres_y_Salud.PDF

ANEXOS

ANEXO 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título: Afrontamiento y Estrés durante la pandemia covid-19 en estudiantes del Quinto Grado de Secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 los olivos - lima, 2022.

Autores: Stephani Aylen Chávez Orellana y Jackeline Roxana Urbizagástegui Mallqui

Formulación del Problema	Objetivo	Hipótesis	Variables	Diseño Metodológico
--------------------------	----------	-----------	-----------	---------------------

<p>Problema General:</p> <p>¿Cuál es la relación entre el afrontamiento y el nivel de durante la pandemia Covid - 19 en estudiantes del quinto Grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022?</p> <p>Problemas Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la relación entre el afrontamiento resolver el problema y el nivel de estrés durante la pandemia Covid-19 en estudiantes del Quinto Grado de Secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022? • ¿Cuál es la relación entre el afrontamiento referencia a otros y el nivel de estrés durante la pandemia Covid-19 en estudiantes del Quinto Grado de Secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022? • ¿Cuál es la relación entre el afrontamiento no productivo y el nivel de estrés durante la pandemia Covid-19 en estudiantes del Quinto Grado de Secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022? 	<p>Objetivo General:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación entre el afrontamiento y el nivel de estrés durante la pandemia Covid - 19 en estudiantes del quinto Grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022. <p>Objetivos Específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar la relación entre el afrontamiento resolver el problema y el nivel de estrés durante la pandemia Covid-19 en los estudiantes del quinto Grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022. • Identificar la relación entre el afrontamiento referencia a otros y el nivel de estrés durante la pandemia Covid-19 en los estudiantes del quinto Grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022. • Identificar la relación entre el afrontamiento no productivo y el nivel de estrés durante la pandemia Covid-19 en los estudiantes del quinto Grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos – Lima, 2022. 	<p>Hipótesis General:</p> <p>Ha Existe relación significativa entre el afrontamiento y el nivel de estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022.</p> <p>Hipótesis Nula:</p> <p>Ho No existe relación entre el afrontamiento y el nivel de estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022.</p> <p>Hipótesis Específicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • H2 Existe relación entre el afrontamiento resolver el problema y el nivel de estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022. • H3 Existe relación entre el afrontamiento referencia a otros y el nivel de estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022. • H4 Existe relación entre el afrontamiento no productivo y el nivel de estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo N°2071 Los Olivos - Lima, 2022. 	<p>Variable 1: Afrontamiento</p> <p>Dimensión 1: Resolver el problema</p> <p>Estrategias:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Concentrarse en resolver el problema (Rp) -Esforzarse y tener éxito (Es) - Invertir en amigos íntimos (Ai) - Fijarse en lo positivo (Po) -Buscar diversiones relajantes (Dr) - Distracción física (Fi) - Buscar pertenencia (Pe) <p>Dimensión 2: Afrontamiento en relación con los demás</p> <p>Estrategias:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Buscar apoyo social (As) - Acción social (So) - Buscar apoyo espiritual (Ae) - Buscar ayuda profesional (Ap) <p>Dimensión 3: Afrontamiento improductivo</p> <p>Estrategias:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Preocuparse (Pr) - Hacerse ilusiones (Hi) - Falta de afrontamiento (Na) - Ignorar el problema (Ip) - Reducción de la tensión (Rt) - Reservarlo para sí (Re) - Autoinculparse (Cu) 	<p>Tipo y diseño de investigación</p> <p>Tipo de la investigación:</p> <p>La presente investigación es de Tipo Cuantitativo; Se usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías, además señalan que este enfoque es secuencial y probatorio, cada etapa precede a la siguiente y no podemos “brincar o eludir” pasos. Se revisa la literatura y se construye un marco o una perspectiva teórica, se prevé resultados que serán contrastados luego con la realidad resultante del proceso de recolección de datos y su respectivo análisis</p> <p>Hernández, Fernández y Baptista Collado (2014)</p> <p>Diseño de la investigación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Descriptivo: Los estudios descriptivos pretenden medir o recoger la información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a los que se refieren. De la presente investigación se recogió información sobre las variables estrés y afrontamiento en los estudiantes, a partir de sus dimensiones e indicadores. <p>Hernández, Fernández y Baptista Collado (2003: 119)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Correlacional: Tiene como propósito evaluar la relación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables (en un
--	--	---	---	---

			<p>Variable 2: Estrés</p> <p>Dimensión 1: Fisiológicas</p> <p>Dimensión 2: Físicas</p> <p>Dimensión 3: Psicológicas</p> <p>Dimensión 4: Comportamentales</p>	<p>contexto particular). De esta forma, una vez que se midieron en forma conjunta las variables objeto de estudio, se procedió a evaluar la relación que existe entre ellas. Hernández et al (2003: 121)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Transversal: Recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Por lo tanto, su propósito es describir las variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. De esta manera para recolectar la información sobre las variables estrés y afrontamiento en los estudiantes, se realizó una medición donde nos permitió recolectar datos necesarios para poder analizarlas y correlacionarlas, todo ello, en función a las dimensiones e indicadores de cada una de las variables. Hernández et al (2003: 270) <p>Muestra:</p> <p>Se tomará a toda la población (50 alumnos) sin tener en cuenta los criterios de inclusión y exclusión.</p>
--	--	--	---	---

ANEXO 2

CALCULO DE CONFIABILIDAD DE LOS INSTRUMENTOS VALIDADOS

ANÁLISIS DE CONFIABILIDAD – Variable Independiente

Tabla 14: Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,909	80

Interpretación

De la tabla se observa que, el alfa de Cronbach es de 0.909, lo que nos indica que la fiabilidad del instrumento es buena. En otras palabras, las 80 preguntas aportan a la confiabilidad del instrumento (la encuesta).

ANÁLISIS DE CONFIABILIDAD – Variable Dependiente

Tabla 15: Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,742	15

Interpretación

De la tabla se observa que, el alfa de Cronbach es de 0.742, lo que nos indica que la fiabilidad del instrumento es buena. En otras palabras, las 15 preguntas aportan a la confiabilidad del instrumento (la encuesta).

ANEXO 3

PRUEBA DE NORMALIDAD

H_0 : Los datos de la muestra siguen una distribución normal.

H_1 : Los datos de la muestra no siguen una distribución normal.

Tabla 05: Pruebas de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
V1 (Agrupada)	,292	50	,000	,791	50	,000
V2 (Agrupada)	,340	50	,000	,741	50	,000
V1_D1 (Agrupada)	,310	50	,000	,781	50	,000
V1_D2 (Agrupada)	,251	50	,000	,808	50	,000
V1_D3 (Agrupada)	,280	50	,000	,798	50	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Interpretación

Como la muestra encuestada de personas es igual a 50, el análisis se hará en base a la prueba de Shapiro – Wilk. En correlación con las variables, se observa que el nivel de significancia es menor a 0.05, Sig E 0.000 < 0.05 Sig. T, por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula, es decir que existe suficiente evidencia estadística para aceptar que los datos de la muestra no siguen una distribución normal, por lo cual para el estudio se aplicará la prueba de Rho de Spearman.

ANEXO 4

ESCALA DE AFRONTAMIENTO PARA ADOLESCENTES (ACS).

Autores: Frydenberg y Lewis (1993),

Validado por Beatriz Canessa (2002).

Instrucciones:

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes, como la escuela, el trabajo, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. En este cuestionario encontraras una lista de diferentes formas con las que gente de tu edad suele encarar una gama amplia de problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando la letra correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar con una "X" la letra A, B, C, D o E según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar frente a los problemas. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta a tu forma de actuar.

Nunca lo hago	Lo hago raras veces	Lo hago algunas veces	Lo hago a menudo	Lo hago con mucha frecuencia
A	B	C	D	E

	ITEMS	A	B	C	D	E
1	Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema					
2	Me dedico a resolver lo que está provocando el problema					
3	Sigo con mis tareas cuando es debido					
4	Me preocupo por mi futuro					
5	Me reúno con mis amigos más cercanos					
6	Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan					
7	Espero que me ocurra lo mejor					
8	Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada					

9	Me pongo a llorar y/o gritar						
10	Organizo una acción en relación con mi problema						
11	Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema						
12	Ignoro el problema						
13	Ante los problemas, tiendo a criticarme						
14	Guardo mis sentimientos para mí solo(a)						
15	Dejo que Dios me ayude con mis problemas						
16	Pienso en aquellos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves						
17	Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo						
18	Encuentro una forma de relajarme como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc						
19	Practico un deporte						
20	Hablo con otros para apoyarnos mutuamente						
21	Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades						
22	Sigo asistiendo a clases						
23	Me preocupo por buscar mi felicidad						
24	Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a)						
25	Me preocupo por mis relaciones con los demás						
26	Espero que un milagro resuelva mis problemas						
27	Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a)						
28	Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas						
29	Organizo un grupo que se ocupe del problema						
30	Decido ignorar conscientemente el problema						
31	Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas						
32	Evito estar con la gente						
33	Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas						
34	Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas						
35	Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas						
36	Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades						
37	Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud						
38	Busco ánimo en otras personas						
39	Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta						

40	Trabajo intensamente (Trabajo duro)						
41	Me preocupo por lo que está pasando						
42	Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a)						
43	Trato de adaptarme a mis amigos						
44	Espero que el problema se resuelva por sí solo						
45	Me pongo mal (Me enfermo)						
46	Culpo a los demás de mis problemas						
47	Me reúno con otras personas para analizar el problema						
48	Saco el problema de mi mente						
49	Me siento culpable por los problemas que me ocurren						
50	Evito que otros se enteren de lo que me preocupa						
51	Leo la Biblia o un libro sagrado						
52	Trato tener una visión positiva de la vida						
53	Pido ayuda a un profesional						
54	Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan						
55	Hago ejercicios físicos para distraerme						
56	Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él						
57	Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago						
58	Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo						
59	Me preocupo por las cosas que me puedan pasar						
60	Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica						
61	Trato de mejorar mi relación personal con los demás						
62	Sueño despierto que las cosas van a mejorar						
63	Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos						
64	Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo						
65	Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo						
66	Cuando tengo problemas, me aílo para poder evitarlos						
67	Me considero culpable de los problemas que me afectan						
68	Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento						
69	Pido a Dios que cuide de mi						
70	Me siento contento(a) de cómo van las cosas						

71	Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo						
72	Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas						
73	Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema						
74	Me dedico a mis tareas en vez de salir						
75	Me preocupo por el futuro del mundo						
76	Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir						
77	Hago lo que quieren mis amigos						
78	Me imagino que las cosas van a ir mejor						
79	Sufro dolores de cabeza o de estomago						
80	Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas						

ANEXO 5

FICHA TÉCNICA DE LA ESCALA DE AFRONTAMIENTO PARA ADOLESCENTES (ACS).

Nombre	ESCALA DE AFRONTAMIENTO PARA ADOLESCENTES (ACS)
Objetivo	Obtener información acerca de los niveles de estrés en los adolescentes, medido por sus cuatro dimensiones: fisiológico, físico, psicológico y comportamentales.
Estructura del instrumento	<p>Instrumento de evaluación de la escala de afrontamiento Evaluación de las estrategias de afrontamiento (Coping), al estrés de los adolescentes.</p> <p>Subescalas: Las 18 escalas del ACS han sido rotuladas de tal manera que reflejen el constructo inherente en los ítems.</p> <p>El ACS consta de 80 ítems, 79 de tipo cerrado y un ítem final de tipo abierto, que admite evaluar 18 estrategias de afrontamiento descritas anteriormente por Frydenberg y Lewis. Los 79 ítems cerrados se puntúan mediante una escala Likert de cinco puntos:</p> <p>No me ocurre nunca o no lo hago (1), Me ocurre o lo hago raras veces (2), Me ocurre o lo hago algunas veces (3), Me ocurre o lo hago a menudo (4) y Me ocurre o lo hago con mucha frecuencia (5). Los 79 ítems se agrupan en 18 estrategias de afrontamiento, cada uno de los cuales se encuentran entre cuatro y ocho estrategias.</p>
Autor	Frydenberg y Lewis (1993)
Citado	Canessa (2002)
Aplicación	Adolescentes del 5to grado de secundaria de la Institución Educativa Cesar Vallejo N°2071- Los Olivos, Lima, 2022
Forma de Aplicación	Individual y colectiva
Duración	15 a 20 minutos

Materiales	Cuadernillo de preguntas (Google encuesta)
Niveles de medición	<ul style="list-style-type: none">• Nivel Bajo <197• Nivel Moderado 198-241• Nivel Alto >242

ANEXO 6

ESCALA MAGALLANES DE NIVEL DE ESTRÉS EN ADOLESCENTES (EMEST)

Elaborado por: García M, Magas A. (1990).

Validado por: Tuesta Ayesta Ana Sofia (2020).

DATOS GENERALES

Edad:

Sexo: (F) (M)

Grado:

Sección:

INSTRUCCIONES:

Por favor marca con una equis (X) la casilla correspondiente:

N: Nunca.	AV: A veces	S: Siempre
1	2	3

A continuación, te presentamos una lista con cosas que te pueden suceder, deseamos que indiques con qué frecuencia te han durante los dos últimos meses. Lea con cuidado y detenidamente cada una de las frases.

ITEMS		N	AV	S
1	Me ha costado mucho concentrarme en lo que hacía			
2	Me cansaba con facilidad			
3	Me irritaba con cualquier contrariedad			
4	Me costaba empezar a dormir			
5	Tuve sueños que me inquietaban			
6	Me desperté una o más veces en la noche			

7	Tuve diarrea o estreñimiento			
8	Me desperté con la sensación de no haber descansado			
9	Tuve dolores en alguna parte del cuerpo			
10	Me resfrié			
11	Se me olvidan las cosas			
12	Me costaba mucho estar tranquilo y relajado			
13	Me he mordido las uñas			
14	He tenido algún tic o tics			
15	He comido mucho menos, o mucho más de lo que antes comía			

ANEXO 7

FICHA TÉCNICA ESCALA MAGALLANES DE NIVEL DE ESTRÉS EN ADOLESCENTES (EMEST)

Nombre	ESCALA MAGALLANES DE NIVEL DE ESTRÉS EN ADOLESCENTES (EMEST)
Objetivo	Obtener información acerca de los niveles de estrés en los adolescentes, medido por sus tres dimensiones: fisiológico, físico, psicológico y comportamentales.
Estructura del instrumento	Intersección entre los componentes del estrés y los ámbitos endonde este lleva a cabo en la adolescencia
	Instrumento de evaluación de los niveles de estrés. La escala incluye un listado de los trastornos funcionales más comunes, asociados a la presencia de estrés. Muy fiable para detectar alumnos con riesgo de presentar fobias escolares u otros problemas de salud.
Autor	García M, Magas A. (1990).
Validado	Tuesta Ayesta Ana Sofia (2020).
Aplicación	Adolescentes del 5to grado de secundaria de la Institución Educativa Cesar Vallejo N°2071- Los Olivos, Lima, 2022
Forma de Aplicación	Individual y colectiva
Duración	10 a 15 minutos
Materiales	Cuadernillo de preguntas (Google encuesta)
Niveles de medición	<ul style="list-style-type: none"> • Nivel Alto: > 32 puntos. • Nivel Moderado: 24 - 31 puntos. • Nivel Bajo: < 23 puntos

ANEXO 8

CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación tiene como fin alcanzar el grado académico de magister y es realizada por las licenciadas Stephani Aylen Chavez Orellana y Jackeline Roxana Urbizagastegui Mallqui, licenciadas en enfermería de la Universidad Nacional del Callao.

Nosotras como investigadoras somos las responsables de coordinar con anticipación con la directora de su institución, así como con el profesor o profesora de aula encargado(a). De esta manera, se buscará interferir lo menos posible con las actividades de clase planeadas.

Cabe resaltar que la participación en este estudio es anónima y confidencial, por lo tanto, la información recolectada no se empleará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación y/o académicos.

Si el menor tiene alguna duda con respecto a las preguntas puede hacerlas en el momento de la aplicación.

Debido al carácter anónimo del estudio, no habrá una devolución de resultados individuales. Sin embargo, los resultados generales podrán ser entregados a su institución educativa.

En caso de tener alguna duda, puede contactar a las investigadoras al siguiente correo electrónico: jacky.um231822@gmail.com y chavez.stephani14@gmail.com.

Muchas gracias.

Yo _____ he leído la información proporcionada; por lo tanto, autorizo a las licenciadas Stephani Aylen Chávez Orellana y Jackeline Roxana Urbizagastegui Mallqui realicen el cuestionario a mi menor hijo(a) del tercer grado de primaria de la institución educativa César Vallejo N°2071.

Fecha: _____ Firma: _____

ANEXO 9

BASE DE DATOS

VARIABLE AFRONTAMIENTO

IP CONDUCTIVAS EN RESOLUCIÓN DEL PROBLEMA
IE EFICACIA EN TENDENCIAS
IA MIEDOS Y ANSIEDADES
IR TAREAS DE LA PRÁCTICA
ID BÚSCA DE INFORMACIÓN RELACIONADA
II BASTA CON PASO

IG BÚSCA DE AYUDA SOCIAL
IS ACCIÓN SOCIAL
IC BÚSCA DE AYUDA PROFESIONAL
IP BÚSCA DE AYUDA PROFESIONAL

II NUESTROS USUARIOS
IA NUESTRO AFRONTAMIENTO AL AFRONTAMIENTO
P. DIFERENCIALES DEL PROBLEMA
IE REDUCCIÓN DE LA TENSIÓN
IE RESPUESTA PARA S
II ACTIVACIONES
II BÚSCA DE AYUDA

VARIABLE ESTRÉS

ID NIÑ@S	EDAD	SEXO	ESTRÉS															
			FISIOLÓGICAS			FÍSICAS		PSICOLÓGICAS						COMPORTAMENTALES				
			ITEM 7	ITEM 10	ITEM 15	ITEM 2	ITEM 9	ITEM 3	ITEM 4	ITEM 8	ITEM 11	ITEM 12	ITEM 1	ITEM 5	ITEM 6	ITEM 13	ITEM 14	
1	16	F	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2
2	16	F	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2
3	16	M	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	
4	16	M	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1
5	16	F	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2
6	16	F	1	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	1	2
7	16	F	1	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	1	2
8	17	F	2	2	2	2	2	1	3	3	2	3	2	2	3	1	2	
9	16	M	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	
10	16	F	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	
11	16	F	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	
12	16	M	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	
13	17	F	1	2	2	3	1	1	2	3	2	1	1	2	3	2	1	
14	16	M	1	1	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	
15	16	M	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	
16	15	M	1	2	3	2	2	2	1	1	1	2	1	1	3	1	2	
17	16	F	1	2	1	2	2	2	2	1	3	2	2	1	3	1	3	
18	15	M	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	
19	17	M	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	
20	15	M	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	
21	16	M	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	
22	16	F	2	2	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	1	
23	16	M	2	2	3	2	2	2	1	1	2	3	2	1	1	2	1	
24	16	M	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	
25	15	F	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	3	
26	16	F	2	2	3	1	2	2	2	1	2	3	2	1	3	3	2	
27	16	F	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	
28	16	M	2	2	3	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	
29	15	M	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	
30	17	F	2	1	2	1	2	1	3	2	3	1	2	2	2	3	2	
31	16	F	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	
32	16	M	2	1	3	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	
33	16	M	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	
34	16	F	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	
35	16	F	1	2	1	2	3	2	1	2	2	3	2	2	1	3	1	
36	16	M	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	
37	16	M	2	2	2	1	1	1	3	1	2	1	2	1	2	1	2	
38	16	F	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	
39	16	F	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	1	
40	16	M	1	3	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	1	
41	16	M	2	3	3	1	2	2	3	2	1	2	2	2	3	2	1	
42	16	M	1	1	2	2	3	2	1	1	2	1	2	1	3	2	1	
43	15	F	2	1	3	2	2	2	2	1	3	2	3	1	1	2	3	
44	16	M	1	2	2	2	2	2	3	1	2	3	2	2	2	3	2	
45	16	M	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	
46	16	F	1	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	
47	16	F	1	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	1	2	2	2	
48	16	M	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	
49	16	M	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	1	
50	16	F	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	


 FISIOLÓGICAS
 FÍSICAS
 PSICOLÓGICAS
 COMPORTAMENTALES

ANEXO 10

CARTA DE PRESENTACIÓN



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIDAD DE POSGRADO

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Bellavista, 22 de marzo 2022

CARTA DE PRESENTACIÓN N° 011-2022-VIRTUAL -UPG/FCS

Señora

GLORIA ELIZABETH DIAZ LAZARO

Directora

Institución Educativa César Vallejo N° 2071

Presente.-

De mi consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente; y a la vez, presentar a las alumnas STEPHANI AYLEN CHAVEZ ORELLANA y JACKELINE URBIZAGASTEGUI MALLQUI, quienes se encuentran coordinando para aplicar su plan de tesis titulado: "AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 EN ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA CÉSAR VALLEJO N° 2071 LOS OLIVOS - LIMA, 2022".

Por lo que, solicitamos se les brinde las facilidades del caso a fin que las mencionadas alumnas, pueda cumplir con este requerimiento y culminar con el proyecto iniciado para optar el grado Académico de Maestro; por lo que, quedaríamos muy agradecidos de las facilidades que se le pueda brindar a fin de que pueda culminar con el citado trabajo.

Agradeciendo de antemano que se sirva prestar al presente, hago propicia la ocasión para reiterarle las muestras de mi consideración.



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIDAD DE POSGRADO

DRA. ANA LUCY SICCHA MACASSI
Directora UPG-FCS

ANEXO 11

RANGOS DE REFERENCIA

	BAJO	MODERADO	ALTO
VARIABLE 1	< 197	198 - 241	242 <
Dimensión 1	< 70	71 - 90	91 <
Dimensión 2	< 31	32 - 47	48 <
Dimensión 3	< 86	87 - 113	114 <

	BAJO	MODERADO	ALTO
VARIABLE 2	< 23	24 - 31	32 <
Dimensión 1	< 4	5 - 6	7 <
Dimensión 2	< 2	3 - 5	6 <
Dimensión 3	< 7	8 - 11	12 <
Dimensión 4	< 7	8 - 10	11 <