



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TESIS

ESTRÉS ACADÉMICO Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE
SALUD DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DEL NORTE- 2021

PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

AUTOR

JESÚS BRIAN IBAÑEZ MONTOYA

ORCID: 0000-0003-1074-433X

ASESOR

MAG. DIEGO ISMAEL VALENCIA PECHO

ORCID: 0000-0002-7614-0814

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

ASPECTOS PSICOLÓGICOS VINCULADOS A LA ACTIVIDAD EDUCATIVA

LIMA, PERÚ, FEBRERO DE 2022

DEDICATORIA

A mi familia, por apoyarme y motivarme a seguir adelante para cumplir mis sueños y metas.

A mi abuela Lorenza, quien a pesar de no estar físicamente conmigo, me guía por el camino del bien y me protege de todo peligro.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a mi madre, María Montoya, y a mi padre, Teodoro Ibañez, quienes me brindan su amor y cariño desde que vine al mundo. Estaré siempre en deuda con ellos, por educarme y contribuir en mi formación personal y académica. Los quiero mucho y no los defraudaré. A mis hermanos Kevin y Karina Ibañez Montoya, por acompañarme en este camino y brindarme su apoyo. De igual manera a mi pareja y amigos quienes también me motivaron a seguir. A mis queridos ex docentes y ahora colegas, Jesús Aiquipa, Edith Olivera y Deyvi Baca, por formarme en el campo de la investigación, brindándome sus conocimientos y desarrollando mi capacidad crítica. A mi universidad de origen, por formarme en la carrera y brindarme la enseñanza necesaria. A la Universidad Autónoma del Perú, por brindarme la oportunidad de complementar mis estudios y recibirme con los brazos abiertos en esta etapa de crisis. De igual manera, a todos los participantes por su colaboración, ya que sin ellos no sería posible el estudio.

ÍNDICE

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTOS.....	3
RESUMEN	8
ABSTRACT	9
RESUMO	10
INTRODUCCIÓN	11
 CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. Realidad problemática	14
1.2. Justificación e importancia de la investigación.....	16
1.3. Objetivos de la investigación: general y específica	17
1.4. Limitaciones de la investigación.....	18
 CAPITULO II: MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes de estudios.....	21
2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado	26
2.3. Definición conceptual de la terminología empleada	37
 CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO	
3.1. Tipo y diseño de investigación	40
3.2. Población y muestra.....	40
3.3. Hipótesis	42
3.4. Variables – Operacionalización.....	44
3.5. Métodos y técnicas de investigación.....	46
3.6. Procesamiento de los datos.....	49
 CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS	
4.1. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable.....	51
4.2. Contrastación de hipótesis.....	55

CAPÍTULO V: DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Discusiones.....	64
5.2. Conclusiones	71
5.3. Recomendaciones	72

REFERENCIAS**ANEXOS**

LISTA DE TABLAS

- | | |
|----------|--|
| Tabla 1 | VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS |
| Tabla 2 | Operacionalización de las variables |
| Tabla 3 | Medidas descriptivas de la variable estrés académico y dimensiones |
| Tabla 4 | Medidas descriptivas de la variable depresión |
| Tabla 5 | Frecuencias y porcentajes de los niveles del estrés académico |
| Tabla 6 | Frecuencias y porcentajes de la dimensión estresores |
| Tabla 7 | Frecuencias y porcentajes de la dimensión síntomas |
| Tabla 8 | Frecuencias y porcentajes de la dimensión estrategias de afrontamiento |
| Tabla 9 | Frecuencias y porcentajes de los niveles de depresión |
| Tabla 10 | Prueba de normalidad de la variable estrés académico y dimensiones |
| Tabla 11 | Prueba de normalidad de la variable depresión y dimensiones |
| Tabla 12 | Correlación entre las variables estrés académico y depresión |
| Tabla 13 | Correlación entre las dimensiones del estrés académico y la depresión |
| Tabla 14 | Comparación del estrés académico y sus dimensiones en función al sexo |
| Tabla 15 | Comparación del estrés académico y sus dimensiones en función a la edad |
| Tabla 16 | Comparación del estrés académico y sus dimensiones en función a la carrera |
| Tabla 17 | Comparación del estrés académico y sus dimensiones en función al ciclo |
| Tabla 18 | Comparación de la depresión en función al sexo |

Tabla 19 Comparación de la depresión en función a la edad

Tabla 20 Comparación de la depresión en función a la carrera

Tabla 21 Comparación de la depresión en función al ciclo

ESTRÉS ACADÉMICO Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE SALUD DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DEL NORTE- 2021

JESÚS BRIAN IBAÑEZ MONTOYA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

La finalidad del estudio fue correlacionar el estrés académico con la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte, 2021. La investigación fue correlacional, con un diseño no experimental y transeccional. El muestreo no probabilístico, intencional y por conveniencia permitió seleccionar a 217 estudiantes de la Facultad de Salud, de ambos sexos y de 19 a 45 años de edad. Se administró el “Inventario SISCO de Estrés Académico SV-21” de Barraza y el “Inventario de Depresión de Beck II” (BDI-II). Se obtuvo una correlación positiva, de nivel moderada y de alta significancia entre ambas variables ($\rho=.456$; $p=.000$), afirmando que, a mayor estrés académico, mayor depresión. El 37.8% presentó estrés académico moderado, 32.7% en leve y 29.5% en severo. Asimismo, se registró depresión mínima en más de la mitad de la muestra (66.4%), seguido por el leve (13.8%), moderado (11.1%) y severo (8.8%). La dimensión estresores y síntomas correlacionaron positivamente con la depresión, mientras que la dimensión estrategias de afrontamiento correlacionó negativamente. Se hallaron diferencias en función al sexo, edad y ciclo, siendo el grupo de mujeres quienes presentaron mayor estrés académico, al igual que el grupo de 31 a 35 años y los estudiantes de sexto ciclo. Respecto a la depresión se halló diferencias en edad y ciclo, a favor de los alumnos de 19 a 25 años y del sexto ciclo.

Palabras clave: estrés académico, afrontamiento, depresión.

ACADEMIC STRESS AND DEPRESSION IN STUDENTS OF THE FACULTY OF HEALTH OF THE UNIVERSIDAD PRIVADA DEL NORTE- 2021

JESÚS BRIAN IBAÑEZ MONTOYA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

The purpose of the study was to correlate academic stress with depression in students of the Faculty of Health of a private university in Breña, 2021. The research was correlational, with a non-experimental and transectional design. The non-probabilistic, intentional and convenience sampling allowed us to select 217 students from the Faculty of Health, of both sexes and from 19 to 45 years of age. The Barraza "SISCO Academic Stress Inventory SV-21" and the "Beck Depression Inventory II" (BDI-II) were administered. A positive correlation was obtained, of a moderate level and of high significance between both variables ($\rho=.456$; $p= .000$), stating that the greater the academic stress, the greater the depression. 37.8% presented moderate academic stress, 32.7% mild and 29.5% severe. Likewise, minimal depression was registered in more than half of the sample (66.4%), followed by mild (13.8%), moderate (11.1%) and severe (8.8%). The stressors and symptoms dimension correlated positively with depression, while the coping strategies dimension correlated negatively. Differences were found based on sex, age and cycle, being the group of women who presented greater academic stress, as well as the group of 31 to 35 years and sixth cycle students. Regarding depression, differences were found in age and cycle, in favor of students from 19 to 25 years old and the sixth cycle.

Keywords: academic stress, coping, depression.

ESTRESSE ACADÊMICO E DEPRESSÃO EM ESTUDANTES DA FACULDADE DE SAÚDE DA UNIVERSIDAD PRIVADA DEL NORTE- 2021

JESÚS BRIAN IBAÑEZ MONTOYA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

O objetivo do estudo foi correlacionar o estresse acadêmico com a depressão em estudantes da Faculdade de Saúde de uma universidade privada em Breña, 2021. A pesquisa foi correlacional, com um desenho não experimental e transeccional. A amostragem não probabilística, intencional e de conveniência permitiu selecionar 217 alunos da Faculdade de Saúde, de ambos os sexos e de 19 a 45 anos. Foram administrados o Barraza “SISCO Academic Stress Inventory SV-21” e o “Beck Depression Inventory II” (BDI-II). Foi obtida uma correlação positiva, de nível moderado e de alta significância entre as duas variáveis ($\rho=0.456$; $p=0.000$), afirmando que quanto maior o estresse acadêmico, maior a depressão. 37,8% apresentaram estresse acadêmico moderado, 32,7% leve e 29,5% grave. Da mesma forma, depressão mínima foi registrada em mais da metade da amostra (66,4%), seguida de leve (13,8%), moderada (11,1%) e grave (8,8%). A dimensão estressores e sintomas correlacionou-se positivamente com a depressão, enquanto a dimensão estratégias de enfrentamento correlacionou-se negativamente. Foram encontradas diferenças em função do sexo, idade e ciclo, sendo o grupo de mulheres que apresentou maior estresse acadêmico, assim como o grupo de 31 a 35 anos e alunos do sexto ciclo. Em relação à depressão, foram encontradas diferenças em idade e ciclo, a favor dos alunos de 19 a 25 anos e do sexto ciclo.

Palavras-chave: estresse acadêmico, enfrentamento, depressão.

INTRODUCCIÓN

El ser humano se ha encontrado en situaciones estresantes a lo largo de su historia, desde la época cavernaria hasta el presente, pero es importante resaltarlo como un medio que bien hace que el sujeto se “ponga las pilas” o se vea envuelto en situaciones que no puede controlar y generarle alteraciones a nivel psicofisiológico.

Por otra parte, el educando está sometido a constantes situaciones estresantes dentro de su contexto de aprendizaje, siendo los estresores más resaltantes la sobrecarga de actividades académicas, la relación con los profesores y compañeros, las evaluaciones y el límite temporal para realizar sus trabajos, impactando a nivel fisiológico, psicológico y comportamental. Es aquí donde sale a flote la importancia del bienestar mental o psicológico, ya que, en muchos estudiantes se evidencian problemas en el estado de ánimo-afectivo que alteran la realización eficaz de sus actividades.

Asimismo, ha quedado en evidencia que una de las enfermedades de mayor gravedad en todo el mundo es la depresión, afectando a gran parte de la población en general en la forma de pensar y sentir, el organismo y el aspecto social de los individuos.

Según la OMS, a partir del año 2020 los casos de depresión irán en aumento, siendo la segunda enfermedad responsable de muchas muertes a nivel mundial, además de que se manifiesta que los estudiantes de educación superior alcanzan cifras tan altas en depresión que podrían dificultar su proceso de recuperación. Por tal motivo, ¿habrá relación entre el estrés académico y la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021?

Respecto al documento, abarca cinco capítulos. El capítulo I titulado “Problema de investigación”, contiene: la realidad problemática, la justificación e importancia del estudio, el objetivo general y específicos, y, por último, las limitaciones presentadas.

El capítulo II abarca el marco teórico. Se detallan antecedentes de estudios nacionales e internacionales, las bases teórico científicas y se definen los términos más resaltantes.

El capítulo III comprende el marco metodológico del estudio: describe el tipo y diseño de investigación, población y muestra seleccionada, hipótesis planteadas, operacionalización de ambas variables, métodos y técnicas de investigación, y el proceso y análisis de la información recolectada.

El capítulo IV expresa los resultados descriptivos e inferenciales, al igual que se contrastaron las hipótesis.

Para finalizar, en el capítulo V se discute, concluye y recomienda en base a lo hallado en este estudio.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Realidad problemática

El estrés se ha mantenido en todo el mundo como un factor que perjudica e impide la realización natural de las actividades diarias a quien lo padece. Existen índices significativos de estrés en la población universitaria que impactan principalmente en el rendimiento académico y la capacidad de atención-concentración del alumno, incluso incitándolo a ausentarse de clases (Martín, 2007). Adicionalmente, afecta su bienestar y salud (Michie et al., 2001) en el aspecto emocional, cognitivo y fisiológico (Toribio y Franco, 2016), además de su aprendizaje (Martín, 2007; Struthers et al., 2000).

En América Latina, el estrés académico alcanza cifras mayores al 67% en nivel moderado. En Cuba se encontró mayor presencia en el sexo femenino, agregando que quienes lo padecen presentan alteraciones fisiológicas, conductuales y cognitivo-afectivas (Román et al., 2008). Asimismo, en una muestra chilena se encontró que la alta exigencia en el entorno educativo genera un mayor estrés. Además, los alumnos que estudian una carrera de la rama de ciencias de la salud como Medicina, Odontología, Enfermería y Psicología presentan mayor estrés académico (Cova et al., 2007).

De igual manera, en el Perú, estudiar una carrera de ciencias de la salud conlleva a una sobreexigencia académica (Perales et al., 2003). Estudiantes de la carrera de Trabajo social de una universidad limeña presentaron estrés académico moderado producto del inicio de la nueva etapa académica y proceso de adaptación (Quispe, 2019). Asimismo, Miranda (2019) evidenció que estudiantes de la Facultad de Medicina de una universidad limeña presentaban este tipo de estrés de intensidad moderada, mayormente el sexo femenino.

La sobrecarga académica puede traer consigo afecciones cognitivas y psicológicas que alteran el bienestar mental del estudiante, pudiendo generar trastornos depresivos o de ansiedad a largo plazo. Al respecto, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2012) planteó que los síntomas depresivos serán más graves y frecuentes en el año 2020, siendo el principal causante de discapacidad y muerte a escala internacional, afectando en su mayoría al sexo femenino, y generando sufrimiento y afecciones en las actividades diarias. De igual manera, la OMS (2020) refirió que, dependiendo de la gravedad, la depresión puede conllevar al suicidio, debido a que un aproximado de 800 000 personas a nivel mundial, mayormente en jóvenes de 15 a 29 años, se suicidan anualmente.

Según expertos, la depresión es el trastorno de menor consideración a nivel social y estatal en Latinoamérica. Esta enfermedad daña a toda la población y es necesario intervenir para reducir los efectos y consecuencias a largo plazo. Asimismo, el 5% de la población adulta lo padece, generando un gasto cercano al billón de dólares (EFE Salud, 2020).

En concordancia con el Instituto Nacional de Salud Mental (INSM, 2011), las ciudades como Puno, Ayacucho, Lima, Tacna y Puerto Maldonado registran mayor cantidad de afecciones en la salud mental. De los 334 casos de suicidio a nivel nacional, el 80% presentó problemas psicológicos, mayormente depresión. De igual manera, se registró que, de cada 20 personas mayores a 15 años, una sufre depresión; de cada 20 personas que sufren depresión, una atenta contra su vida; y de cada 20 personas que atentan contra su vida, una logra su cometido.

Lovatón (2018) identificó al estrés académico como un elemento predictivo en el surgimiento del trastorno depresivo, perjudicando su bienestar físico y mental. Al respecto, Fisher y Hood (1986), refieren que los estudiantes de un centro universitario

experimentan un nivel significativo de depresión, síntomas obsesivos y menor concentración producto del tiempo excesivo.

Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021?

1.2. Justificación e importancia de la investigación

A nivel teórico, aumentará la información existente sobre la problemática y contribuirá con el desarrollo de nuevos modelos y teorías que puedan explicar la relación entre el estrés académico y la depresión. Además, puede servir como un marco referencial para diversos investigadores que utilicen otras metodologías, como, por ejemplo, hallar una causalidad o incidencia de una de las variables en la otra.

A nivel práctico, se desea que los resultados sean un gran aporte en la comunidad de investigación, desarrollando un interés por el análisis y estudio profundo sobre el problema presentado. Además, se espera que sea un impulso para el desarrollo de técnicas y/o estrategias que optimicen la vida psicológica del estudiante, además de desarrollar habilidades que conlleven a un mejor desenvolvimiento en el ámbito académico respecto al estrés académico y depresión.

A nivel metodológico, el enfoque cuantitativo, tipo descriptivo-correlacional y diseño no experimental transeccional son adecuados según el problema y los objetivos del estudio, pues permitirá averiguar el grado de correlación entre ambas variables y responder la pregunta de investigación.

Para concluir, es importante la realización de este estudio ya que en el contexto peruano se evidencia un alto incremento de ambas variables, lo cual perjudica significativamente al estudiante en cuanto a aspectos académicos, emocionales y psicológicos. Se busca contribuir de forma integral con la sociedad brindando datos

reales sobre la población universitaria, para concientizar y buscar soluciones en equipo que permitan al estudiante buscar soluciones y tomar decisiones asertivas en su vida diaria.

Además, el autor desea fomentar y contribuir con el desarrollo de los alumnos de pregrado, y por qué no, de posgrado, en habilidades investigativas, y así, implementar una cultura de investigación y deseo de conocer los fenómenos de naturaleza psicológica en la comunidad.

1.3. Objetivos de la investigación: general y específica

1.3.1. *Objetivo general*

Determinar la relación entre el estrés académico y depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021.

1.3.2. *Objetivos específicos*

1. Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021.
2. Determinar el nivel de depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021.
3. Establecer la relación entre las dimensiones del estrés académico y la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021.
4. Identificar las diferencias significativas del estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al sexo.
5. Identificar las diferencias significativas del estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la edad.

6. Identificar las diferencias significativas del estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la carrera.
7. Identificar las diferencias significativas del estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al ciclo académico.
8. Identificar las diferencias significativas de la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al sexo.
9. Identificar las diferencias significativas de la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la edad.
10. Identificar las diferencias significativas de la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la carrera.
11. Identificar las diferencias significativas de la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al ciclo académico.

1.4. Limitaciones de la investigación

1.4.1. Limitación teórica

La cantidad reducida de investigaciones nacionales e internacionales respecto a la correlación de ambas variables resultó ser una limitación al momento de contrastar los resultados.

1.4.2. Limitación temporal

La pandemia por COVID-19 originó la virtualización académica, lo que redujo la comunicación con los alumnos y aumentó sus actividades, generando cierta limitación el proceso de recolección de datos en comparación a lo deseado.

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de estudios

2.1.1. Nacionales

Espinoza (2021) exploró el *Estrés académico, depresión y agresividad en estudiantes universitarios de Lima, 2021*, con finalidad de determinar el grado de repercusión del estrés académico y la depresión en la agresividad estudiantil. Su estudio fue correlacional causal y no experimental, transversal, conformado por 124 educandos de género masculino y femenino, pertenecientes a universidades nacionales y particulares. Manejó el “Cuestionario de Agresión de Buss y Perry” (1992), el “Inventario de Depresión de Beck II” (IDB-II) (196) y el “Inventario del Estrés Académico SISCO de Barraza” (2007). Demostró niveles altos de agresividad, depresión y estrés académico en los estudiantes, siendo mayor en el sexo femenino y en los alumnos de universidades particulares. Concluyó que existe una incidencia del estrés académico y la depresión en la agresividad estudiantil.

Maquera (2020) realizó un estudio sobre *Depresión y Estrés académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano- Puno, 2019*, con el propósito de identificar la relación entre la depresión y el estrés académico en dicha muestra. La investigación fue correlacional, no experimental y transeccional, constituida por 54 alumnos del séptimo ciclo de Enfermería seleccionados por un muestreo no probabilístico. Utilizó la “Escala de Depresión de Zung” (1965) y el “Inventario del Estrés Académico SISCO de Barraza” (2007). Sobre la depresión, evidenció un nivel normal en un 57.4%, nivel leve en un 25.9%, nivel moderado en un 14.8% y nivel severo en un 1.9% de la muestra; respecto al estrés académico, un 81.5% se ubica en un nivel moderado, el 13.0% en leve y el 5.5% en profundo. El estrés académico y la depresión obtuvieron una correlación significativa, concluyendo que mientras más profundo sea el estrés académico, mayor será la depresión.

Montalván y Obregón (2020) investigaron acerca del *Estrés académico, calidad de sueño y funcionalidad familiar asociados con la depresión en estudiantes del primero al quinto año de medicina humana de la universidad nacional Hermilio Valdizán de Huánuco en el 2018*, teniendo como objetivo principal identificar la vinculación entre variables. El tipo de estudio fue correlacional, no experimental y transeccional, conformado por 179 estudiantes de primer a quinto año de Medicina. Utilizó el “Inventario de Depresión de Beck” (BDI) (1979), “Test de Funcionamiento Familiar” (FF-SIL) de Ortega et al. (1999), “Índice de Calidad de Sueño de Pittsburg” (1989) y el “Inventario SISCO del Estrés Académico de Barraza” (2007). Hallaron relación estadística entre la calidad de sueño, la funcionalidad familiar y el año de estudio con la depresión, rechazando al estrés académico. Las mujeres presentaron un alto riesgo de sufrir un cuadro depresivo, concluyendo que menor calidad en el sueño, conflictos familiares y cursar el segundo y tercer año de estudio están asociados con la aparición de la depresión.

Flores (2019), presentó su investigación titulada *Nivel de Estrés Académico en estudiantes universitarios* teniendo como objetivo comparar la magnitud del estrés en los alumnos que estudiaban la carrera de Psicología, Odontología e Ingeniería Industrial. La investigación fue descriptiva-comparativa, no experimental y transeccional. Participaron 595 estudiantes de las carreras mencionadas, a quienes aplicó el “Inventario de Estrés Académico SISCO de Barraza” (2007). Halló que no existe una diferencia notable en los estudiantes de diferentes carreras ($p=0.174$), pero sí en la presencia de síntomas generadas por el estrés (Ingeniería industrial=7.5%, Psicología=4.5% y Odontología=6.8%). Una vez más, el estrés académico predominó en el grupo femenino (7.8% de la muestra).

Miranda (2019), exploró el *Estrés Académico en estudiantes universitarios de la Facultad de Medicina de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana* para precisar el grado en que se encuentra el estrés en dichos alumnos. Su estudio fue descriptivo y no experimental transeccional, en el cual participaron 116 educandos de ambos sexos y pertenecientes al sexto año de la carrera de Medicina, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico. Utilizó el “Inventario del estrés académico SISCO de Barraza” (2007), de esta forma evidenció un 93.97% con presencia de estrés académico, 82.6% en grado moderado, 14.7% en profundo y el 2.8% en leve, concluyendo la predominancia del grado moderado.

2.1.2. Internacionales

Hinestroza y Zubieta (2021) investigaron acerca del *Estrés académico y depresión en estudiantes de Psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios*, con la intención de comprobar si las variables se relacionaban positiva o negativamente. El estudio fue correlacional, no experimental y transversal, conformada por 109 educandos de la carrera de Psicología, de ambos sexos y pertenecientes al sexto y séptimo ciclo académico. Para recolectar la información utilizaron el “Inventario del Estrés Académico SISCO” de Barraza (2007) y el “Cuestionario de Salud del Paciente-9” (PHQ-9). Demostraron que el 69% presentó un grado moderado de estrés académico y el 65% presentó síntomas clínicos asociados a la depresión. Asimismo, el 85% consideró a la sobrecarga de tareas como el estresor de mayor afección, el 80% presentó problemas para concentrarse y el 79% aplicaba la búsqueda de soluciones como estrategia de afrontamiento. Respecto a la depresión, evidenciaron que el 14% de la muestra tenía pensamientos suicidas. Concluyeron que el estrés académico correlacionó positiva y significativamente con la depresión en los educandos de Psicología.

Cobiellas et al. (2020) estudiaron el *Estrés académico y depresión mental en estudiantes de primer año de medicina* con el fin de identificar el grado de ambas variables en 246 alumnos escogidos por un muestreo no probabilístico, aleatorio simple. El estudio fue de corte transeccional. Para la recolección de datos, los investigadores no precisaron los instrumentos utilizados, sin embargo, expresaron que crearon una encuesta electrónica para medir la depresión como rasgo y una escala de medición del estrés y su sintomatología, a través de la herramienta Survey Monkey. El 63.11% de la muestra manifestó un estrés excesivo, de los cuales un 57.69% presentaron un nivel medio en depresión; el 56.8% presentó un estrés patológico y el 54.85% un grado medio de depresión. Finalmente, concluyeron que existe un grado alto de correlación en el estrés académico y la depresión, los cuales eran influenciados por las dificultades para afrontar los problemas que presentaban los estudiantes.

Kloster y Perrota (2019) realizaron un estudio titulado *Estrés Académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná*, con la finalidad de analizar el grado de estrés académico en los alumnos y las estrategias de afrontamiento que utilizan. La investigación fue descriptiva y comparativa, con un diseño no experimental y transversal. Fueron seleccionados 163 estudiantes de la Universidad Católica Argentina del primer, cuarto y quinto año de estudio, de ambos sexos y de 17 a 38 años, mediante un muestreo no probabilístico de tipo intencional. Utilizaron el "Inventario del Estrés Académico SISCO" de Barraza (2007). El 85% de alumnos presentaron un grado moderado de estrés académico sin diferencias relevantes entre los que cursaban los primeros y últimos años de carrera, aunque, los de primer año tenían un grado de estrés más elevado ($M=1.94$; $DT=.42$). Además, encontraron que

los alumnos de últimos años empleaban con mayor frecuencia estrategias para afrontar dicho estrés.

Restrepo et al. (2018) estudiaron la “Depresión y su relación con el consumo de sustancias psicoactivas, el estrés académico y la ideación suicida en estudiantes universitarios colombianos”, para identificar si existe relación entre el consumo de sustancias, estrés académico e ideas suicidas con la depresión. La investigación fue correlacional, no experimental y transeccional. Un muestro no probabilístico por conveniencia les permitió seleccionar a 477 estudiantes repartidos en dos universidades privadas y una pública de Colombia, con edades de 18 a 25 años. Aplicaron el “Inventario de Depresión de Beck-II” (IDB-II), el “Inventario de Ideación Suicida Positiva y Negativa” (PANSI) (1998), el “Inventario del Estrés Académico SISCO” de Barraza (2007), el “Test de Cribado de Abuso de Cannabis” (CAST) (2007) y el “Test de Identificación de Trastornos por Consumo de Alcohol” (AUDIT) (2001). La depresión correlacionó con el consumo de alcohol, consumo de cannabis y estrés académico, pero no con la ideación suicida; no hubo correlación del consumo de sustancias con el estrés académico y la ideación suicida. Llegaron a la conclusión que el análisis bivariado realizado fue para determinar la correlación existente, mas no una causalidad.

Santos et al. (2017) realizaron una investigación titulada “Estudio Trasversal: Evaluación del Estrés Académico en Estudiantes de Medicina y su Asociación con la Depresión”, con el propósito de identificar la relación entre el estrés académico y la depresión los alumnos de Medicina; mediante un tipo de investigación correlacional, no experimental y transaccional. Participaron 159 educandos de primer a noveno ciclo de Medicina de la Universidad Católica de Cuenca en Ecuador, seleccionados mediante un muestreo probabilístico aleatorio. Los instrumentos para recoger los

datos fueron el “Inventario del Estrés Académico SISCO de Barraza” (2007) y la “Escala de Depresión de Hamilton” (HDRS) (1980). El 95% presentó estrés académico y el 57.9% presentó síntomas depresivos (25.2% en nivel menor, 11.3% en moderado, 5.7% en severo y 15.7% en muy severo). Concluyeron que la depresión es un elemento de riesgo para la aparición del estrés académico, sin embargo, no existió relación significativa entre variables.

Dueñas (2017) exploró la “Depresión y estrés en estudiantes de tercer semestre de la Escuela de Medicina de la Universidad Central del Ecuador”, para describir el grado de intensidad de las variables en alumnos de dicha carrera. El estudio fue descriptivo, no experimental y transaccional; participaron 165 alumnos de Medicina de la Universidad Central de Ecuador, seleccionados a través de un muestreo probabilístico aleatorio. Aplicó la “Escala de Depresión de Zung” (ZDS) (1965) y el “Cuestionario E para estudiar el estresamiento de Breilh” (EPISTRES) (1993). El 57.5% presentó depresión (46% en grado leve, 7% en moderado y el 5% en severo), con mayor frecuencia en el sexo femenino. Respecto al estrés académico, el 42% lo presentó en grado bajo, el 55% en medio y el 3% a en alto.

2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado

2.2.1. Estrés académico

Por lo general, se manifiesta en estados de tensión excesiva y prolongada, que puede presentarse desde la etapa pre escolar hasta la universitaria, o en otras situaciones de aprendizaje. Es por eso que cuando el estrés ocurre o se manifiesta en el contexto escolar o universitario, se denomina estrés académico (Orlandini, 1999; citado en Barraza, 2004). De igual forma, es considerado como un estado de tensión originado durante el proceso de aprendizaje individual o grupal (Gutiérrez, 2013), y que puede dañar tanto a los estudiantes como a los docentes (Berrío y Mazo, 2011).

Barraza (2006) lo considera un proceso sistematizado y adaptativo de naturaleza psicológica, manifestado en el estudiante cuando se somete a demandas externas, que, dependiendo de la percepción y valoración del estímulo, se consideran como situaciones estresantes (input) que generan un desequilibrio en el organismo, y que, a su vez, originan los síntomas que lo obligan a utilizar estrategias para afrontarlo (output) y reestablecer su equilibrio.

Estresores académicos.

Son aquellos estímulos, sucesos o demandas del contexto escolar, universitario y educativo en general, que generan una sobrecarga particular en el educando. Por un lado, surgen demandas internas que el propio estudiante valora como exigentes, sumado a las expectativas de afrontarlo y controlarlo adecuadamente que provocan un esfuerzo personal. Por otro lado, las demandas o exigencias externas se refieren a las situaciones educativas que desencadenan el estrés, como la realización y presentación de trabajos o exámenes en un límite de tiempo, las exposiciones frente a los demás, entre otros (Barraza, 2007).

Síntomas.

Asimismo, según Barraza (2007), las exigencias mencionadas desencadenan síntomas que pueden interferir en la actividad personal:

- Fisiológicos: Se refiere a aquellas reacciones propias del cuerpo, como insomnio o pesadillas (alteración del sueño), fatiga corporal crónica, dolor de cabeza (cefaleas), migrañas, molestias en el abdomen o a nivel digestivo (diarrea), etc.
- Psicológicos: Refiere manifestaciones cognitivas o emocionales en el individuo que le impiden relajarse y concentrarse, además de sentirse ansioso,

preocupado, agresivo, irritado, decaído, triste, y en casos graves, pudiendo causar depresión.

- Comportamentales o conductuales: El sujeto tiende a ser conflictivo o discute sin razón aparente, se aísla de los demás, presenta desgano para hacer sus actividades académicas, aumenta o disminuye su apetito, y realiza conductas repetitivas como morderse las uñas, rascarse, entre otros.

Estrategias de afrontamiento.

Hacia la resolución de tareas, trabajos y exámenes: Estos y demás estresores pueden afrontarse con habilidad asertiva y de planificación, tomando la situación con humor, buscando información sobre la situación, elogiándose a sí mismo, apegándose a la religión, entre otras (Barraza, 2007).

Modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico.

Este surge gracias a la teoría general de sistemas de Bertalanffy, el Modelo transaccionalista del estrés de Lazarus y Folkman, y la teoría del modelado sistémico de Colle. Existen dos supuestos planteados por Barraza (2006):

Supuesto sistémico.

Plantea a un sujeto constantemente relacionado con su entorno, en una especie de circuito continuo de entrada y salida, en el que busca tener un equilibrio apropiado.

Supuesto cognoscitivo.

Propone a un individuo que interactúa con el ambiente valorando las demandas (input) como amenazantes, que evocan emociones negativas que, a su vez, generan un desequilibrio en su sistema físico, psicológico y/o comportamental. La forma de enfrentarse a estos conflictos dependerá de los recursos que ponga en acción (output) para restaurar el equilibrio en su sistema.

Asimismo, existen cuatro hipótesis que lo sustentan:

- Los componentes sistémicos y procesuales implican la relación entre sistema y entorno en el que el sujeto busca mantener su equilibrio, dando como resultado tres componentes: estímulos estresores (input), síntomas (aquellos que indican la alteración sistemática) y las estrategias para afrontarlos (output).
- El estrés académico es considerado como un estado psicológico por la presencia de aspectos externos que amenazan la tranquilidad del individuo según la valoración.
- Los síntomas de un desequilibrio del sistema se clasifican en reacciones físicas, psicológicas y comportamentales.
- El sujeto pone en marcha la aplicación de estrategias que le permitan afrontar las situaciones estresantes y restaurar su equilibrio.

Causas y consecuencias del estrés académico.

Para Arribas (2013), la sobrecarga de trabajos demanda gran cantidad de tiempo y es un potencial generador de estrés, que puede aumentar o disminuir según la apreciación que tenga el estudiante sobre el docente, debido a que de ellos depende la motivación por el curso, sumado a la técnica de enseñanza que utiliza. De igual manera, Nakeeb et al. (2002), citado en Rosales (2016) afirman que la poca relación y comunicación entre miembros de una institución puede ocasionar estrés en los educandos, pues de ellos depende la planificación para realizar los trabajos y estudios.

Corado (2013) destaca la competencia entre compañeros, las intervenciones en el aula y las calificaciones obtenidas como generadores de un ambiente amenazante y conflictivo para el estudiante. Asimismo, la época de exámenes causa estrés a cualquiera, aunque es mayor en los estudiantes que reconocen no haber

estudiado y saben que su calificación depende del examen, generándoles un estado de bloqueo. La sobrecarga académica conlleva al estudiante a sobreexigirse para culminar sus actividades, en caso de no cumplir con las expectativas del docente, el estrés aumenta y se acumula. Además, la constante participación en clase, ya sea para exponer algún trabajo o responder a una pregunta del profesor, puede aumentar el estrés por el temor a cometer una equivocación o simplemente no saber cómo contestar a las preguntas del docente.

Si a esto se le suma un ambiente estructural desagradable dentro del aula como poca iluminación o ventilación, falta de equipos didácticos para enseñanza, entre otros, el estudiante puede desmotivarse y alterar sus calificaciones. Adicionalmente, un gran número de alumnos dentro de un salón de clases, acompañado de conflictos entre los mismos y el docente, generan estrés académico (Corado, 2013).

Maceo (2013) proponen una serie de consecuencias que pueden generar problemas perjudiciales en el individuo. Entre ellas menciona la falta de concentración, fatiga intelectual y física, depresión, tristeza, disminución del deseo sexual, problemas de erección en caso de los varones, nerviosismo, movimientos involuntarios, ansiedad, preocupación, irritabilidad, problemas de sueño, dolor abdominal, problemas digestivos, dolor de cabeza, espalda y cuello constante, aumento del ritmo cardíaco, entre otros. Asimismo, a nivel conductual, presentan dificultades en su alimentación, pues pueden aumentar o perder peso, tienden a fumar en exceso, aislarse de los demás, ocasionar conflictos o polémicas, ausentarse de su lugar de trabajo, no aceptar responsabilidades ni realizar sus obligaciones.

2.2.2. Depresión

Beck (1976) teoriza a la depresión como una orientación negativa del procesamiento de los sucesos externos, a los que el sujeto considera como globales, frecuentes e irreversibles (visión pesimista del yo, del entorno y del futuro) que lo dirigen a padecer síntomas fisiológicos, afectivos, conductuales y motivacionales. Ortiz (1997) determina a la depresión como un síntoma anímico bajo, que bien puede considerarse como síndrome ya que abarca gran cantidad de síntomas como el insomnio, la pérdida del apetito o peso, etc. Es considerado como un trastorno perteneciente a un cuadro clínico debido a los síntomas y duración que presenta.

De igual manera, la existencia de variables particulares relacionadas con la depresión en alumnos de educación superior puede causarse en el ámbito familiar y personal, por dificultades académicas o inestabilidad económica, por el diagnóstico de una grave enfermedad, la pérdida de un familiar o un ser importante en la vida, por un excesivo consumo de alcohol, la separación de los padres, la presencia de pensamientos o intenciones suicidas, etc. (Arrivillaga et al., 2003).

Modelo cognitivo de Beck.

Surge de observaciones clínicas e investigaciones experimentales de Beck, explicando que el componente psicológico interviene en el trastorno depresivo según tres conceptos específicos: triada cognitiva, estructura del pensamiento depresivo y errores de procesamiento de información (Beck, 1976; citado en Becerra y Pachamora, 2015).

Triada cognitiva.

Refiere que el sujeto distorsiona de forma negativa la visión que tiene de sí mismo, de su entorno y su futuro. Resalta sus defectos, los daños y pérdidas que ha sufrido en su experiencia, y se menosprecia frecuentemente, lo cual termina

generando frustración y pensamientos de fracaso (Beck, 1976; citado en Becerra y Pachamora, 2015).

Estructura del pensamiento depresivo.

Describe al individuo con la presencia de una estructura inconsciente encargada de los significados personales que lo convierten en vulnerable a situaciones específicas, generando errores en el procesamiento de información, ubicándola en su esquema como un conjunto de ideas pesimistas sobre sí mismo. Estas ideas suelen ser consideradas como verídicas para el sujeto, además de afectar la percepción de sus capacidades, circunstancias y acontecimientos futuros (Beck, 1976; citado en Becerra y Pachamora, 2015).

Errores en el proceso de información.

El sujeto califica sus pensamientos, creencias e ideas de forma negativa a pesar de que se le demuestra lo contrario, otorgándole validez y manteniéndolos en el tiempo (Beck, 1976; citado en Becerra y Pachamora, 2015).

Modelo neurobiológico.

Diversos hallazgos en el campo de la neurobiología demuestran que la disminución del neurotransmisor 5-HT provoca una vulnerabilidad en el individuo de padecer algún trastorno depresivo. A causa de una sinapsis incompleta con la neurona presináptica generada por el reducido transporte del neurotransmisor 5-HT, se reduce la actividad serotoninérgica general (Vara, 2006).

Sin embargo, en la actualidad se ha demostrado que existen otros cambios a nivel interno que ocurren en el individuo para que pueda padecer este trastorno, es decir, la idea de atribuirle la causa de patologías depresivas a un solo componente, como el neurotransmisor 5-HT, puede quedarse un poco en el tiempo, pero sirve como aporte.

Enfoque médico.

Según la Clasificación Internacional de Enfermedades, 10ma edición (CIE-10), y el Manual Diagnóstico y Estadístico de los trastornos mentales, 4ta edición (DSM-IV), la depresión es considerada como un trastorno que altera el estado afectivo de quien lo padece. Asimismo, el DSM-IV refiere que la depresión afecta el desarrollo del ejercicio diario, el ánimo del sujeto y el equilibrio interno, clasificándose así, en trastornos depresivos y bipolares. De igual manera, consideran una enfermedad médica y/o el consumo de sustancias como causantes de algún trastorno del ánimo. Por el contrario, la CIE-10 conceptualiza a la depresión como un cambio en el estado de ánimo que interfiere generalmente en las actividades diarias, periódica e íntimamente relacionado a algún factor estresor del exterior que lo profundiza, variando en cada individuo (Becerra y Pachamora, 2015).

Trastornos depresivos.

Según la American Psychiatric Association (APA, 1994), pertenecen al conjunto denominado trastornos del estado de ánimo que abarcan desde los trastornos bipolares hasta los derivados de una enfermedad e inducidos por sustancias.

Características principales de los trastornos de ánimo:

- Trastorno depresivo mayor: Está caracterizado por la presencia de uno o más episodios depresivos mayores.
- Trastorno distímico: El estado de ánimo depresivo perdura en la mayoría de días transcurridos durante los últimos dos años, en compañía de síntomas depresivos que no se encuentran dentro del criterio de un episodio depresivo mayor.

- Trastorno depresivo sin especificación: Es aquel trastorno caracterizado por síntomas depresivos que no se encuentran dentro del criterio de un suceso depresivo mayor, trastorno distímico, trastorno adaptativo depresivo o trastorno adaptativo ansioso y depresivo.
- Trastorno bipolar I: Se presentan uno o más episodios maníacos o mixtos, normalmente acompañados por eventos depresivos mayores.
- Trastorno bipolar II: Se presentan uno o más eventos de depresión mayor, en compañía de por lo menos un suceso de hipomanía.
- Trastorno ciclotímico: Abarca una gran cantidad de síntomas hipomaniacos y depresivos que no pertenecen a los criterios de un episodio de hipomanía y de depresión mayor. Debe perdurar en la mayor cantidad de días en por lo menos dos años transcurridos.
- Trastorno bipolar sin especificación: Incorporan trastornos bipolares que ajenos a los criterios de los trastornos bipolares específicos.
- Trastorno afectivo por una enfermedad médica: Caracterizada por extensas repercusiones fisiológicas derivadas de una enfermedad médica.
- Trastorno afectivo inducido por sustancias: Caracterizada por extensas repercusiones fisiológicas derivadas de una droga o medicamento, un tratamiento físico alternativo para la depresión o la exposición a sustancias tóxicas.
- Trastorno afectivo sin especificación: Comprende a los trastornos que no cumplen los criterios de un trastorno del estado de ánimo, siendo complicado ubicarlos en un trastorno depresivo y bipolar sin especificación.

En contrastación con el Manual Diagnóstico y Estadístico de los trastornos mentales-quinta edición (APA, 2013), esta propone una versión actualizada sobre los trastornos depresivos:

- Trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo.
- Trastorno de depresión mayor.
- Trastorno depresivo persistente (distimia).
- Trastorno disfórico premenstrual.
- Trastorno depresivo derivado de una afección médica.
- Otro trastorno depresivo especificado.
- Otro trastorno depresivo no especificado.

Sintomatologías depresivas.

Schramm et al. (2008), citado en Tacsá (2018), menciona una serie de indicadores de depresión, categorizados en:

- Síntomas afectivos: La persona se encuentra deprimida, triste, desesperanzada, desanimada, desamparada, irritada y hostil.
- Síntomas conductuales: El sujeto pierde interés en realizar sus actividades cotidianas, hobbies o actividades que anteriormente le causaban placer, además de descuidar su higiene personal.
- Síntomas cognitivos: Le cuesta pensar, concentrarse y tomar decisiones, repercutiendo en sus actividades laborales o académicas.
- Síntomas somáticos: Su horario de sueño se ve alterado, pudiendo causar insomnio o hipersomnia. El sujeto siente fatiga, pérdida o incremento del apetito y del deseo sexual.
- Síntomas interpersonales: Sus relaciones interpersonales se desgastan a causa del desinterés social.

Factores asociados a la depresión.

A. Factores biológicos.

Thomen (2019) resalta a la dopamina, la serotonina y la noradrenalina como los neurotransmisores que mantienen una adecuada comunicación entre las neuronas para el funcionamiento óptimo del cerebro. En casos de depresión, estas conexiones suelen alterarse hasta producir un funcionamiento cerebral inadecuado. Asimismo, la aparición de síntomas depresivos está asociado a alteraciones en la zona frontal del cerebro y el sistema límbico. Además, destaca la importancia del factor genético en la aparición del trastorno depresivo, sin embargo, hasta la actualidad no se ha evidenciado un gen específico que esté relacionado.

B. Factores relacionados con la personalidad.

Según el tipo de personalidad puede desarrollarse una patología. La aparición de depresión se atribuye a personalidades ansiosas, inseguras, perfeccionistas, dependientes y autoexigentes (Thomen, 2019).

C. Factores ambientales.

La depresión puede asociarse a aquellos eventos traumáticos o estresantes de la vida cotidiana, como la pérdida de un ser querido, situaciones de duelo, problemas económicos, enfermedades graves (Thomen, 2019), separación, divorcio o conflictos de pareja (Ccarhuarupay, 2014).

Cova et al. (2007) adicionan que un trastorno depresivo puede impactar negativamente en los aspectos educativos del estudiante universitario, como una disminución en el rendimiento o, en casos graves, el abandono académico.

Adicionalmente, según Mayo Clinic (2019) las mujeres tienen mayores probabilidades de sufrir depresión debido a un conjunto de factores biológicos, hereditarios y circunstancias particulares de la vida como la pubertad, que abarcan

problemas premenstruales debido a cambios hormonales y la alteración en la química cerebral generada. Además, la etapa de embarazo y post parto que conlleva un cambio drástico en las emociones, combinadas con factores biológicos y sociales, como sobrecarga laboral o académica, etc., son posibles causantes.

2.3. Definición conceptual de la terminología empleada

2.3.1. Estrés

Agrupación de respuestas fisiológicas que preparan el organismo para una actividad determinada (Rivas y Jiménez, 2014).

2.3.2. Estrés académico

Proceso sistematizado y adaptativo puesto en acción cuando el alumno se somete a demandas, que, dependiendo de su juicio, las considera estresantes y desequilibrantes de su organismo, generando síntomas que lo obligan a utilizar estrategias para afrontarlo y restaurarlo (Barraza, 2006).

2.3.3. Estresores académicos

Elementos propios del ámbito educativo (situaciones, demandas, etc.) que generan una sobrecarga distinta en cada estudiante (García, 2004).

2.3.4. Síntomas

Señales subjetivas de un estado anormal en el sujeto difícilmente observables, que pueden manifestarse en tres aspectos: físico, psicológico o conductual (Barraza, 2007).

2.3.5. Estrategias de afrontamiento

Procesos cognitivos y conductuales que cambian constantemente con el fin de controlar los sucesos externos o internos que alteran al sujeto y sus recursos (Lazarus y Folkman, 1984).

2.3.6. Depresión

Trastorno o alteración mental que presenta sensaciones de tristeza, abulia, culpa, pérdida del placer, disminución de la autoestima, alteración del sueño o el apetito, fatiga o cansancio excesivo y disminución en la concentración (OMS, 2016).

2.3.7. Estudiantes universitarios

Conjunto de individuos que desempeñan actividades académicas en un centro de educación superior, en el cual atraviesan nuevos retos académicos para desarrollar sus propias competencias (Cerna, 2018).

CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1. Tipo

Este estudio es correlacional, pues su finalidad es determinar la relación existente entre el estrés académico y depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte (Hernández y Mendoza, 2018).

3.1.2. Diseño

El autor pretendió observar las variables en su ámbito natural sin manipularlas para luego analizarlas, correspondiendo a un diseño no experimental. El corte fue transversal o transeccional, de acuerdo a la recolección de datos dada en una ocasión única (Hernández y Mendoza, 2018).

3.2. Población y muestra

La Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte está constituida por 500 alumnos de educación superior, de los cuales, fueron seleccionados 217 educandos de quinto a décimo ciclo, de 19 a 40 años y de ambos sexos, a través de la fórmula para poblaciones finitas, considerando un intervalo de confianza del 95% y 5% del margen de error.

$$n = \frac{\frac{Z^2}{4E^2}}{1 + \frac{4E^2}{N}} \quad n = \frac{\frac{1.96^2}{4(0.05)^2}}{1 + \frac{4(0.05)^2}{500}} = 217.245$$

El muestreo utilizado fue no probabilístico de tipo intencional (Hernández y Mendoza, 2018).

Tabla 1*Variables sociodemográficas*

	<i>fi</i>	%
Sexo		
Hombre	56	25.8
Mujer	161	74.2
Edad		
De 19 a 25 años	156	71.9
De 26 a 30 años	44	20.3
De 31 a 35 años	13	6.0
De 36 a 40 años	4	1.8
Carrera		
Psicología	108	49.8
Enfermería	48	22.1
Nutrición y Dietética	34	15.7
Obstetricia	14	6.5
Terapia física y rehabilitación	13	6.0
Ciclo académico		
Quinto	33	15.2
Sexto	27	12.4
Séptimo	40	18.4
Octavo	24	11.1
Noveno	40	18.4
Décimo	53	24.4
Total	217	100.0

Nota: fi= frecuencia absoluta

Criterios de inclusión:

- Formar parte de la carrera de Psicología, Enfermería, Nutrición y Dietética, Obstetricia y Terapia física y rehabilitación de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte.
- Edades entre 19 y 40 años.
- Aceptar el consentimiento informado.

Criterios de exclusión:

- Pertenecer a otra universidad.
- Pertenecer a la Facultad de Negocios, Ingeniería, Arquitectura y Diseño, Derecho o Comunicaciones.
- Pertenecer a un rango de edad diferente del establecido.
- Rechazar el consentimiento informado.

3.3. Hipótesis**3.3.1. Hipótesis general**

H0: No existe relación significativa entre el estrés académico y la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021.

Hg: Existe relación significativa entre el estrés académico y la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021.

3.3.2. Hipótesis específicas

H0₁: No existe relación significativa entre las dimensiones del estrés académico y la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021.

He₁: Existe relación significativa entre las dimensiones del estrés académico y la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021.

H0₂: No existen diferencias estadísticamente significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al sexo.

He₂: Existen diferencias estadísticamente significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al sexo.

H0₃: No existen diferencias estadísticamente significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la edad.

He₃: Existen diferencias estadísticamente significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la edad.

H0₄: No existen diferencias significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la carrera.

He₄: Existen diferencias significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la carrera.

H0₅: No existen diferencias significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al ciclo académico.

He₅: Existen diferencias significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al ciclo académico.

H0₆: No existen diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al sexo.

He₆: Existen diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al sexo.

H0₇: No existen diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la edad.

He₇: Existen diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la edad.

H0₈: No existen diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la carrera.

He₈: Existen diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la carrera.

H0₉: No existen diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al ciclo académico.

He₉: Existen diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al ciclo académico.

3.4. Variables – Operacionalización

Variables sociodemográficas

Sexo: Hombre y Mujer.

Edad: Entre 19 y 40 años de edad.

Carrera: Psicología, Enfermería, Obstetricia, Nutrición y Dietética, y Terapia física y rehabilitación.

Ciclo académico: Quinto, sexto, séptimo, octavo, noveno y décimo.

Tabla 2*Operacionalización de las variables*

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala
Estrés académico	Proceso sistematizado y adaptativo puesto en acción cuando el alumno se somete a demandas que considera estresantes y desequilibrantes de su organismo, generando síntomas que lo obligan a utilizar estrategias para afrontarlo y restaurarlo (Barraza, 2006).	Puntaje obtenido a través del Inventario SISCO SV-21 del estrés académico (Barraza, 2018).	Estresores	1,2,3,4,5,6,7.	Ordinal
			Síntomas	8,9,10,11,12,13,14.	Ordinal
			Estrategias de afrontamiento	15,16,17,18,19,20,21.	Ordinal
Depresión	Orientación negativa del procesamiento de los sucesos externos que el sujeto considera como globales, frecuentes e irreversibles, que lo dirigen a padecer síntomas fisiológicos, afectivos, conductuales y motivacionales (Beck, 1976).	Puntaje obtenido a través del Inventario de Depresión de Beck II (IDB-II) (Beck et al., 1996).	Unidimensional	1,2,3,4,5,6,7,8,9, 10,11,12,13,14,15, 16,17,18, 19,20,21.	Ordinal

3.5. Métodos y técnicas de investigación

Se empleó el método hipotético-deductivo, ya que se busca confrontar las hipótesis para posteriormente aprobarlas o rechazarlas, y así partir el desarrollo de las conclusiones que se enfrentarán a los hechos antes de formar parte de una teoría (Bernal, 2016).

Se utilizó la encuesta, pues, según Arias (2020), posibilita la recolección de información de un conjunto de individuos, que una vez sistematizados, permiten llegar al objetivo de estudio.

Se procederá a describir los instrumentos utilizados:

3.5.1. *Inventario SISCO SV-21 de Estrés Académico*

Descripción general.

Esta versión fue reducida por Barraza (2018) a 21 ítems distribuidos en la dimensión estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, comprendido por respuestas de nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre. Cuenta con un ítem dicotómico inicial (si-no) para determinar la idoneidad del sujeto para contestar el cuestionario y la presencia de estrés académico, el cual se mide en intensidad con el segundo ítem (del 1 al 5), dando un total de 23 ítems del inventario. La administración es individual o grupal, puede ser autoaplicada y su duración aproximada es de 20 a 25 minutos, dirigida a estudiantes de bachiller, licenciatura y posgrado (maestría, especialización y doctorado).

Confiabilidad y validez en su versión original.

En su versión original, el inventario general obtuvo un coeficiente de .85 de alfa de Cronbach. De igual manera, determinó un .83 en la dimensión estresores, la dimensión síntomas presentó un .87 y la dimensión estrategias de afrontamiento un .85 de confiabilidad de alfa de Cronbach. Todos los puntajes obtenidos son

considerados como muy buenos, afirmando que los ítems son homogéneos y tienen relación con el constructo evaluado (Barraza, 2018).

La validez mediante el análisis factorial, de consistencia interna y de grupos contrastados, establecen la tridimensionalidad del inventario y coinciden con el modelo de Barraza (2006). La homogeneidad y direccionalidad de los ítems se obtuvo por medio del análisis de consistencia interna y de grupos contrastados, permitiendo corroborar que los ítems evalúan el constructo estrés académico (Barraza, 2018).

Confiabilidad y validez en su versión adaptada.

El método de análisis por consistencia interna evidenció una magnitud mayor a .80 del coeficiente omega en sus tres escalas con 7 ítems cada una, considerada como muy buena y altamente confiable según los criterios de Carmines y Zeller (1979) y Da Silva et al. (2015). El análisis factorial confirmatorio verificó el modelo de tres factores a través de los siguientes estadísticos: CFI=.929, TLI=.920, RMSEA=.083 (.078 - .088) y SRMR = .061, confirmando el modelo de Barraza como adecuado para la prueba de 21 ítems (7 ítems para cada factor correlacionados) (Olivas-Ugarte, Morales-Hernández y Solano-Jáuregui, 2021).

3.5.2. *Inventario de Depresión de Beck-II (IDB-II)*

Descripción general.

La segunda edición del inventario tiene el objetivo de evaluar el grado de los síntomas de depresión en un tiempo relacionado a las últimas dos semanas, dirigida a sujetos de 13 años de edad en adelante. El inventario contiene 21 ítems categorizados en cuatro puntos (0 a 3), en el que deberá escoger la opción que más se asemeje a su estado en las últimas dos semanas, abarcando el día en que resuelve el cuestionario. El puntaje total comprende de 0 a 63, y si existiese el caso en que eligiera más de una alternativa, se considerará el puntaje que refleje mayor gravedad.

Confiabilidad y validez en su versión original.

Se llevó a cabo teniendo en cuenta dos grupos de comparación: sujetos de la población general y pacientes clínicos externos. Se obtuvo un alfa de 0.88 para los pacientes externos por medio del análisis de consistencia interna, y 0.86 para la población general. En ambos casos, la correlación ítem-test fue significativa. La estabilidad test-retest indicó una correlación positiva y significativa entre las dos aplicaciones ($r=0.90$, $p<0.001$), sin embargo, en la primera aplicación, la media y desviación estándar fueron superiores ($M=32.6$; $DE=10.3$) al de la segunda aplicación ($M=27$; $DE=12.8$) (Brenlla y Rodríguez, 2009).

La validez convergente se obtuvo gracias a la correlación con la “Escala de Depresión del MMPI-II” y la “Escala de Depresión de la SCL-90-R”, ambas adaptadas por Casullo. Para hallar la validez discriminante se correlacionó con la “Escala de Ansiedad de la SCL-90-R”, obteniendo un puntaje de 0.63, puntaje similar al hallado por Beck en la versión original, considerándolo esperado, pues se ha comprobado clínicamente la correlación entre ansiedad y depresión (Brenlla y Rodríguez, 2009).

Confiabilidad y validez en su versión adaptada.

Se obtuvo un alfa de Cronbach de .93 en el análisis de consistencia interna, catalogada como muy buena o superior en comparación con investigaciones similares, siendo de confiabilidad alta tanto para una muestra clínica como para la población global (González et al., 2015). Los coeficientes de correlación fueron de alta significancia en su totalidad, pues los valores oscilaban entre .41 y .70 (Barreda, 2019).

La evaluación de jueces expertos y el coeficiente de la V de Aiken determinaron la validez de contenido, confirmando que los ítems representan lo que mide el instrumento, es decir, los síntomas de la depresión. La validez de constructo

determinó la coherencia existente entre el inventario y el constructo depresión (Barreda, 2019).

3.6. Procesamiento de los datos

Los datos fueron adjuntados al software estadístico SPSS versión 27 y se analizaron según los objetivos propuestos. El estadístico Kolmogorov-Smirnov verificó que la distribución no normal de los datos, por lo que se procedió a utilizar pruebas no paramétricas como U de Mann-Whitney y Kruskal-Wallis comparar las medias en muestras independientes, y Spearman para estimar la correlación entre la variable estrés académico y depresión.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

4.1. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable

Tabla 3

Medidas descriptivas de la variable estrés académico y dimensiones

	Estresores	Síntomas	Estr. Afront.	Estrés Académico
Media	28.68	24.83	31.01	84.53
Mediana	29.00	26.00	32.00	85.00
Moda	30 ^a	22	35	86 ^a
Desv. típ.	5.036	6.533	5.719	10.388
Asimetría	-0.335	-0.342	-0.458	-0.295

Nota: n = 217

En la tabla 3 se aprecia que el estrés académico alcanzó un valor de media de 84.53, una desviación típica de 10.388, una mediana de 85.00 y una moda de 86. La dimensión estresores presentó un 28.68 de media, 5.036 de desviación típica, 29.00 de mediana y 30 de moda; la dimensión síntomas presentó una 24.83 de media, 6.533 de desviación típica, 26.00 de mediana y 22 de moda; por último, la dimensión estrategias de afrontamiento obtuvo 31.01 de media, 5.719 de desviación típica, 32.00 de mediana y 35 de moda. El estrés académico presentó una asimetría de -0.295, lo cual indica una curva asimétrica negativa. En la dimensión estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento se puso en evidencia una asimetría igual a -0.335, -0.342 y -0.458 respectivamente, indicando una curva asimétrica negativa.

Tabla 4

Medidas descriptivas de la variable depresión

	Depresión
Media	11.57
Mediana	8.00
Moda	0
Desv. típ.	10.889
Asimetría	1.290

Nota: n = 217

En la tabla 4 puede apreciarse que la variable depresión alcanzó un valor de media de 11.57, con una desviación típica de 10.889, una mediana de 8 y una moda de 0. La puntuación de asimetría para la variable depresión fue de 1.290, precisando la curva asimétrica positiva.

Tabla 5

Frecuencias y porcentajes de los niveles del estrés académico

	<i>fi</i>	%
Leve	71	32.7
Moderado	82	37.8
Severo	64	29.5
Total	217	100.0

Nota: M = 84.53

En la tabla 5 se evidencia que, del total de estudiantes, el 37.8% (82) se ubicaron en el nivel moderado de estrés académico, el 32.7% (71) en leve y el 29.5% (64) en severo.

Tabla 6

Frecuencias y porcentajes de la dimensión estresores

	<i>fi</i>	%
Leve	77	35.5
Moderado	85	39.2
Severo	55	25.3
Total	217	100.0

Nota: fi = frecuencia, % = porcentaje

Se observa en la tabla 6 que el 39.2% (85) de alumnos se ubicaron en el nivel moderado, el 35.5% (77) en leve y el 25.3% (55) en severo respecto a los estresores.

Tabla 7*Frecuencias y porcentajes de la dimensión síntomas*

	<i>fi</i>	%
Leve	76	35.0
Moderado	89	41.0
Severo	52	24.0
Total	217	100.0

Nota: fi = frecuencia, % = porcentaje

Se precisa en la tabla 7 que el 41% (89) de alumnos se ubicaron en el nivel moderado, el 35% (76) en leve y el 24% (52) en severo respecto a los síntomas del estrés académico.

Tabla 8*Frecuencias y porcentajes de la dimensión estrategias de afrontamiento*

	<i>fi</i>	%
Leve	75	34.6
Moderado	100	46.1
Severo	42	19.4
Total	217	100.0

Nota: fi = frecuencia, % = porcentaje

En la tabla 8 se observa un 46.1% (100) de estudiantes presentaron nivel moderado, el 34.6% (75) en leve y el 19.4% (42) en severo respecto a las estrategias de afrontamiento del estrés académico.

Tabla 9*Frecuencias y porcentajes de los niveles de depresión*

	<i>fi</i>	%
Mínima	144	66.4
Leve	30	13.8
Moderada	24	11.1
Grave o severa	19	8.8
Total	217	100.0

Nota: M= 11.57

Se puede observar en la tabla 9 que el 66.4% (144) presentó depresión mínima, el 13.8% (30) depresión leve, el 11.1% (24) depresión moderada y el 8.8% (19) depresión grave o severa.

4.1.1. Prueba de normalidad

Tabla 10

Prueba de normalidad del estrés académico y dimensiones

	<i>n</i>	<i>K-S</i>	<i>p</i>
Estresores	217	0.232	0.000
Síntomas	217	0.229	0.000
Estrategias de afrontamiento	217	0.238	0.000
Estrés académico	217	0.063	0.035

Nota: n=muestra, K-S=Kolmogorov Smirnov, p=significancia estadística

La tabla 10 muestra lo hallado mediante el estadístico Kolmogorov-Smirnov, el cual puso en evidencia una significatividad menor a 0.05 ($p=0.00$), indicando la distribución no normal de los datos. En consecuencia, se utilizaron estadísticos no paramétricos en el proceso de análisis.

Tabla 11

Prueba de normalidad de la variable depresión

	<i>n</i>	<i>K-S</i>	<i>p</i>
Depresión	217	0.144	0.000

Nota: n=muestra, K-S=Kolmogorov Smirnov, p=significancia estadística

Asimismo, la tabla 11 exhibe lo hallado mediante el estadístico Kolmogorov-Smirnov respecto la variable depresión, presentó una significatividad menor a 0.05 ($p=0.00$), indicando la distribución no normal de los datos. En consecuencia, se utilizaron estadísticos no paramétricos para analizar los datos.

4.2. Contrastación de hipótesis

4.2.1. Relación entre el estrés académico y depresión

El coeficiente de correlación de Spearman para pruebas no paramétricas fue el estadístico aplicado en esta parte del estudio, teniendo en cuenta la hipótesis general.

H₀: No existe relación significativa entre el estrés académico y la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021.

H_g: Existe relación significativa entre el estrés académico y la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021.

Tabla 12

Correlación entre el estrés académico y depresión

	Depresión	
	rho	p
Estrés académico	.456**	.000

Nota: rho=coeficiente de correlación de Spearman, p=probabilidad de significancia

La tabla 12 precisa la correlación positiva, moderada y estadísticamente muy significativa ($rho=.456$; $p=.000$) entre el estrés académico y la depresión, lo cual indica que, a mayor presencia de estrés académico, mayor presencia de depresión en la muestra. Por consiguiente, se rechazó la hipótesis nula y se aceptó la alterna.

4.2.2. Relación entre las dimensiones del estrés académico y la depresión

H₀₁: No existe relación significativa entre las dimensiones del estrés académico y la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021.

H_e₁: Existe relación significativa entre las dimensiones del estrés académico y la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021.

Tabla 13*Correlación entre las dimensiones del estrés académico y la depresión*

<i>n</i> =217		Depresión
Dimensión estresores	rho	.382**
	p	.000
Dimensión síntomas	rho	.609**
	p	.000
Dimensión estrategias de afrontamiento	rho	-.259**
	p	.000

Nota: n=muestra, rho=coeficiente de correlación de Spearman, p=probabilidad de significancia.

La tabla 13 manifiesta la correlación positiva, de nivel baja y estadísticamente muy significativa de los estresores con la depresión ($rho=0.382$; $p=0.000$), indicando que, a mayor presencia de estresores, mayor presencia de depresión. La dimensión síntomas alcanzó una correlación positiva, de nivel moderada y estadísticamente muy significativa con la depresión ($rho=0.609$; $p=0.000$), indicando que la mayor presencia de síntomas del estrés académico genera mayor depresión. De igual manera, la dimensión estrategias de afrontamiento obtuvo una correlación negativa, de nivel baja y estadísticamente muy significativa con la depresión ($rho=-0.259$; $p=0.000$), indicando que, a mayores estrategias de afrontamiento, menor será la depresión. Por consiguiente, se procedió a rechazar la hipótesis nula y aceptar la alterna.

4.2.3. Comparación del estrés académico en función de las variables sociodemográficas

H0₂: No existen diferencias estadísticamente significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al sexo.

He₂: Existen diferencias estadísticamente significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al sexo.

Tabla 14

Comparación del estrés académico en función al sexo

	Sexo	N	Rango promedio	U	Z	p
Estrés académico	Hombre	56	93.46	3638.000	-2.151	.031
	Mujer	161	114.40			

La tabla 14 demuestra la existencia de diferencias estadísticamente significativas ($p < 0.05$) en el estrés académico ($U = 3638.000$; $p = 0.031$) siendo las mujeres quienes obtuvieron un mayor rango promedio. Se procedió a aceptar la hipótesis alterna y rechazar la nula.

H₀₃: No existen diferencias estadísticamente significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la edad.

He₃: Existen diferencias estadísticamente significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud e de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la edad.

Tabla 15

Comparación del estrés académico en función a la edad

	Edad	N	Rango promedio	H	p
Estrés académico	19 a 25 años	156	115.15	7.245	.064
	26 a 30 años	44	86.80		
	31 a 35 años	13	114.08		
	36 a 40 años	4	96.88		

La tabla 15 señala la carencia de diferencias significativas ($p>0.05$) en el estrés académico en cuanto a la edad. Por ende, se rechazó la hipótesis alterna y aceptó la nula.

H04: No existen diferencias estadísticamente significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la carrera.

He4: Existen diferencias estadísticamente significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la carrera.

Tabla 16

Comparación del estrés académico en función a la carrera

	Carrera	N	Rango promedio	H	<i>p</i>
Estrés académico	Psicología	108	112.31	1.159	.885
	Enfermería	48	108.97		
	Nutrición y Dietética	34	99.16		
	Obstetricia	14	106.61		
	Terapia física y rehabilitación	13	109.96		

En la tabla 16 puede observarse la carencia de diferencias significativas ($p>0.05$) en el estrés académico en cuanto a la carrera. Por consiguiente, se aceptó la hipótesis nula y rechazó la alterna.

H05: No existen diferencias estadísticamente significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al ciclo académico.

He5: Existen diferencias estadísticamente significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al ciclo académico.

Tabla 17

Comparación del estrés académico en función al ciclo académico

	Ciclo académico	N	Rango promedio	H	<i>p</i>
Estrés académico	Quinto	33	114.32	2.419	0.789
	Sexto	27	118.33		
	Séptimo	40	115.88		
	Octavo	24	102.19		
	Noveno	40	104.44		
	Décimo	53	102.27		

En la tabla 17 se demostró la ausencia de diferencias significativas ($p > 0.05$) en el estrés académico respecto al ciclo académico. Por lo tanto, se rechazó la hipótesis alterna y se aceptó la nula.

4.2.4. Comparación de la depresión en función de las variables sociodemográficas

H06: No existen diferencias estadísticamente significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al sexo.

He6: Existen diferencias estadísticamente significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al sexo.

Tabla 18*Comparación de la depresión en función al sexo*

	Sexo	N	Rango promedio	U	Z	p
Depresión	Hombre	56	101.45	4085.000	-1.047	0.295
	Mujer	161	111.63			

En la tabla 18 se precisó una ausencia de diferencias significativas ($p > 0.05$) en la depresión en función al sexo. Por ende, se rechazó la hipótesis alterna y se aceptó la nula.

H₀₇: No existen diferencias estadísticamente significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la edad.

H_{e7}: Existen diferencias estadísticamente significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la edad.

Tabla 19*Comparación de la depresión en función a la edad*

	Edad	N	Rango promedio	H	p
Depresión	19 a 25 años	156	119.27	17.167	0.001
	26 a 30 años	44	85.57		
	31 a 35 años	13	87.19		
	36 a 40 años	4	37.13		

En la tabla 19 se manifiesta la existencia de diferencias estadísticas y altamente significativas ($p < 0.05$) en la depresión ($H = 17.167$; $p = 0.001$), a favor de los educandos de 19 a 25 años. Por consiguiente, se aceptó la hipótesis alterna y se rechazó la nula.

H0₈: No existen diferencias estadísticamente significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la carrera.

He₈: Existen diferencias estadísticamente significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la carrera.

Tabla 20

Comparación de la depresión en función a la carrera

	Carrera	N	Rango promedio	H	p
Depresión	Psicología	108	113.44	8.331	0.080
	Enfermería	48	91.32		
	Nutrición y Dietética	34	127.99		
	Obstetricia	14	94.57		
	Terapia física y rehabilitación	13	103.23		

En la tabla 20 se mostró la carencia de diferencias significativas ($p > 0.05$) en la depresión en función a la carrera. Por ende, se procedió a aceptar la hipótesis nula y rechazar la alterna.

H0₉: No existen diferencias estadísticamente significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al ciclo académico.

He₉: Existen diferencias estadísticamente significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al ciclo académico.

Tabla 21*Comparación de la depresión en función al ciclo académico*

	Ciclo académico	N	Rango promedio	H	p
Depresión	Quinto	33	130.15	16.456	0.006
	Sexto	27	135.89		
	Séptimo	40	115.84		
	Octavo	24	86.77		
	Noveno	40	91.04		
	Décimo	53	100.59		

La tabla 21 precisa la existencia de diferencias significativas ($p < 0.05$) en la depresión ($H = 16.456$; $p = 0.006$), a favor del sexto ciclo académico. Por lo tanto, se aceptó la hipótesis alterna y se rechazó la nula.

CAPÍTULO V

DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y

RECOMENDACIONES

5.1. Discusiones

Se pretendió hallar la correlación entre el estrés académico y la depresión en 217 educandos de Psicología (49%), Enfermería (22.1%), Nutrición y Dietética (15.7%), Obstetricia (6.5%) y Terapia física y rehabilitación (6%) correspondiente a la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021.

Gracias al coeficiente de Spearman, en la tabla 12 se pudo afirmar una correlación positiva, moderada y estadísticamente significativa ($\rho=.456$; $p=.000$) entre las variables estudiadas, indicando que, un alto grado de estrés académico aumenta las probabilidades del educando de sufrir depresión. Como bien lo señalan Hinestroza y Zubieta (2021), la correlación entre el estrés académico y la depresión es positiva y significativa, poniendo en evidencia a la sobrecarga de tareas como generador de mayor estrés y problemas de concentración, además de ideas suicidas.

Asimismo, Maquera (2020) afirma esta correlación, destacando a estresores académicos como la sobrecarga académica, exposiciones orales, expectativas del futuro y competitividad grupal como causantes principales de un estrés académico severo, lo que a su vez podría incrementar la frecuencia de síntomas depresivos. De igual manera, Restrepo et al. (2018), quien también halló una correlación significativa, asocia la depresión a una gran cantidad de condiciones de salud mental refiriéndose al estrés académico, además del consumo de sustancias psicoactivas y alcohol.

Un trastorno depresivo puede emerger por malestares físicos y mentales causados por el estrés académico (Lovatón, 2018), además de conflictos o dificultades presentadas en el ámbito familiar, personal y académico, como inestabilidad económica, enfermedades graves, pérdida de un ser querido, consumo de alcohol, presencia de ideas suicidas, entre otros (Arrivillaga et al., 2003). De igual manera, los síntomas del trastorno depresivo u otro trastorno del estado de ánimo

pueden influir negativamente en el ámbito académico, causando bajo rendimiento o deserción estudiantil (Cova et al., 2007; Riveros et al., 2007).

Por el contrario, Montalván y Obregón (2020) contradicen lo encontrado en este estudio, pues no hallaron una correlación significativa, sin embargo, demostró que variables como la calidad de sueño y la disfuncionalidad familiar que predisponen el inicio de un cuadro depresivo, y a su vez, dificultan el proceso de afrontamiento.

De acuerdo con el primer objetivo específico, "determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021", en la tabla 5 se evidenció un 37.8% (82) en grado moderado de estrés académico, mientras que el 32.7% (71) en grado leve y el 29.5% (64) en severo. Estos datos se corroboran en lo encontrado por Hinestroza y Zubieta (2021), pues el 69% de su muestra presentó estrés académico en un nivel moderado, destacando la sobrecarga de tareas como principal estresor; Espinoza (2021), quien halló que un 46.8% con estrés moderado; y Maquera (2020), con un 81.5% de la muestra en el mismo nivel al igual que en sus dimensiones.

Del mismo modo, Miranda (2019), encontró que un 82.6% presentaba nivel moderado; Kloster y Perrota (2019), hallaron un 85% ubicado en el nivel de estrés moderado, descubriendo que la mitad de ellos lo presentaban con una intensa preocupación o nerviosismo; y Dueñas (2017), obtuvo como resultado un 55% con estrés académico medio o moderado, acotando que diferentes factores propios de la carrera de Medicina provocan tensión emocional constante que pueden vulnerar al estudiante a sufrir un trastorno depresivo.

Al respecto, el estrés se caracteriza por estados de tensión excesivos y prolongados, que, de presentarse en el contexto escolar o universitario, es designado como estrés académico (Orlandini, 1999; citado en Barraza, 2004), donde el

estudiante se introduce en una sucesión de estímulos que puede o no percibir como estresantes, causando síntomas que lo obligan a aplicar estrategias para afrontarlos, considerándolo como un proceso sistematizado de respuesta (Barraza, 2006).

En lo que respecta al segundo objetivo específico, “determinar el nivel de depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021”, la tabla 9 puso en manifiesto que gran parte de la muestra (66.4%) presentaba depresión mínima. Maquera (2020) probó que un 57.4% de los alumnos tuvieron depresión mínima, sin embargo, concluye que el porcentaje restante acumulado es superior a la mitad de la muestra, por lo que existen estudiantes con algún nivel de depresión con tendencia a desarrollar este tipo de trastorno del estado de ánimo.

Del mismo modo, Montalván y Obregón (2020) encontraron un nivel de depresión normal o mínima en el 67.04% de su muestra; y Santos et al. (2017), halló al 42% de estudiantes sin depresión, aunque el porcentaje restante se ubicó en los demás niveles de depresión, destacando el nivel de depresión menor con un 25.2% y el nivel muy severo con un 15.7%, datos a tener en cuenta como un factor amenazante del bienestar mental.

En contrastación con lo hallado en este estudio, Espinoza (2021), descubrió que el 37.9% de su muestra presentaba depresión severa; y Cobiellas et al. (2020), encontraron que el 54.85% presentaban depresión media. Al respecto, la OMS (2012) planteó que los síntomas depresivos incrementarían en el año 2020 a nivel mundial, además de ser un trastorno mental frecuente en las mujeres, generando sufrimiento y afectando sus actividades diarias, y según la gravedad puede conllevar al suicidio.

El tercer objetivo específico buscó “establecer la relación entre las dimensiones del estrés académico y la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021”. La tabla 13, gracias al coeficiente de Spearman,

indica la correlación positiva, de nivel baja y muy significativa entre la dimensión estresores y la depresión ($\rho=0.382$; $p=0.000$), precisando que la presencia prolongada de estresores aumenta la posibilidad del educando de sufrir un trastorno depresivo.

Espinoza (2021) expresa que la sobrecarga de tareas universitarias puede afectar directamente en las emociones de los alumnos de forma negativa, fomentando sentimientos de fracaso o rendirse, los cuales son síntomas de la depresión. De la misma manera, la presencia de algunos estresores incrementa las posibilidades de sufrir un cuadro depresivo (Cobiellas et al., 2020), destacando la competitividad entre compañeros como causante de estrés elevado y de algún nivel de depresión, intensificando la aparición de este último (Maquera, 2020). Además, el periodo de evaluaciones en conjunto con el carácter del docente y las tareas acumuladas generan mayores síntomas de estrés académico, aunque, el grado dependerá de la carrera que eligió el estudiante (Flores, 2019).

Los estresores son sucesos o estímulos surgidos en el contexto educativo que sobrecargan al estudiante (Barraza, 2007), pues la gran cantidad de trabajos que requieren gran inversión de tiempo, además de la percepción del alumno hacia el profesor y su técnica de enseñanza, son desencadenantes del estrés académico (Arribas, 2013). Por otra parte, Corado (2013) resalta la competencia y conflictos entre compañeros, las evaluaciones, el recargo de tareas que deben realizarse en un tiempo límite, la intervención en clase y un ambiente desagradable como posibles causas de este tipo de estrés.

De igual manera, la dimensión síntomas alcanzó una correlación positiva, de nivel moderada y estadísticamente muy significativa con la depresión ($\rho=0.609$; $p=0.000$), precisando que intensos síntomas del estrés académico provocan mayor

depresión en el educando, tal y como menciona Maquera (2020), pues los síntomas de mayor predominancia son la somnolencia y el aislamiento social, lo cual se relaciona con algunos de los síntomas de la depresión; y Miranda (2019) destaca la somnolencia y la fatiga crónica como las reacciones más prominentes. Estos síntomas indican un desequilibrio sistémico manifestado en el individuo a nivel físico, psicológico y comportamental (Barraza, 2007).

Maceo (2013) menciona a la depresión como una consecuencia del estrés académico, además de sentimientos de tristeza, disminución del deseo sexual, ansiedad, preocupación, dolencias físicas, problemas de alimentación y sueño entre otros síntomas semejantes a los del trastorno depresivo.

En cambio, las estrategias de afrontamiento se correlacionaron de forma negativa, de nivel baja y estadísticamente muy significativa con la depresión ($\rho = -0.259$; $p = 0.000$), demostrando que las estrategias utilizadas por el educando para afrontar las situaciones estresantes del contexto académico contribuyen con la disminución de probabilidades de surgir un trastorno depresivo.

Maquera (2020) expresa que el estudiante universitario utiliza estrategias de afrontamiento para manejar las circunstancias problemáticas y minimizar la tensión causada, siendo el apego a la religión, la capacidad asertiva y la planificación de tareas las de mayor prominencia. Miranda (2019) describe al cuerpo como un sistema cambiante de reacciones que busca reducir las consecuencias del estrés. Los estresores generan una cadena de síntomas que impulsan al individuo a aplicar técnicas y estrategias para contrarrestarlo y restaurar su equilibrio general (Barraza, 2007). Estas estrategias se consideran como procesos cognitivos y conductuales que buscan controlar los estímulos externos o internos que alteran las facultades del sujeto (Lazarus y Folkman, 1984).

En lo que respecta al cuarto objetivo específico, “identificar las diferencias significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al sexo”, en la tabla 14 se demostró la existencia de diferencias significativas respecto a las mujeres, obteniendo un rango promedio mayor al de los hombres. Estos datos son semejantes a los de Espinoza (2021), Flores (2019), y Cobiellas et al. (2020), pues encontraron niveles altos e incluso excesivos de estrés académico en la población femenina en comparación con la masculina. Román et al. (2008) demostraron que las mujeres padecen un más alto grado de estrés académico con alteraciones fisiológicas, conductuales y cognitivo-afectivas significativas.

Para el quinto objetivo específico denominado “identificar las diferencias significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la edad”, la tabla 15 revela ausencia de diferencias en el estrés académico.

Referente al sexto objetivo específico “identificar las diferencias significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la carrera”, en la tabla 16 se mostró la ausencia de diferencias considerables, corroborándose con Flores (2019), pues en su estudio no encontró diferencias significativas entre las carreras de Ingeniería industrial, Psicología y Odontología, al igual que en la edad.

Sin embargo, es contradicho por Santos et al. (2017), debido a que los estudiantes de Medicina presentaron un grado de estrés muy superior en consecuencia del propio contexto académico; e Hinestroza y Zubieta (2021), dado que hallaron mayor frecuencia de un estrés moderado en estudiantes de Psicología. Estos datos dan un indicio de que las carreras ligadas a la rama de ciencias de la

salud generan una gran magnitud de estrés a causa de la alta exigencia que conlleva (Perales et al., 2003). De igual manera, Trigueros et al. (2020) afirman que no solo afecta el rendimiento académico, sino que también altera la alimentación habitual y la rutina de ejercicios de los jóvenes.

En torno al séptimo objetivo específico “identificar las diferencias significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al ciclo académico”, la tabla 17 pone en manifiesto la ausencia de discrepancias. Esto se contradice en lo hallado por Kloster y Perrota (2019), ya que los alumnos de los primeros y últimos años de carrera no presentaron una diferencia considerable en la intensidad del estrés, aunque los de primeros años tuvieron una ligera predominancia.

Respecto al octavo objetivo específico “identificar las diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al sexo”, la tabla 18 manifiesta la ausencia de diferencias significantes. Discrepa con lo hallado por Espinoza (2021), pues identificó que las mujeres presentaban mayores niveles de depresión entre moderado y severo a diferencia de los hombres; y a su vez, Montalván y Obregón (2020) refieren que el sexo femenino corre mayor riesgo (1.03 más) de sufrir depresión. De igual manera, Mayo Clinic (2019) refuerza y profundiza que las mujeres tienden a sufrir un trastorno depresivo dos veces más que los hombres debido a un conjunto de factores biológicos, características heredadas y circunstancias de la vida que las diferencian, pues lidian con una cantidad superior de variaciones hormonales propias de la adolescencia y juventud, además de problemas premenstruales, embarazo, etapa posparto, menopausia y situaciones sociales, académicas y laborales.

De acuerdo con el noveno objetivo específico “identificar las diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la edad”, en la tabla 19 se comprobó la presencia de discrepancias considerables en favor de los educandos de 19 a 25 años.

Para el décimo objetivo específico “identificar las diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la carrera”, en la tabla 20 no se halló diferencias considerables en ningún grupo.

En definitiva, el décimo primer objetivo titulado: “identificar las diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al ciclo académico”, en la tabla 21 se halló diferencias significativas en el sexto ciclo, con un rango promedio mayor a los demás ciclos académicos. Estos hallazgos tienen similitud con lo encontrado por Montalván y Obregón (2020), pues encontraron que la presencia de depresión es más frecuente en alumnos de segundo y tercer año de su carrera, viéndose sometidos a una sobrecarga académica a causa de la transición del colegio a universidad, que junto al miedo a reprobado o haber reprobado, puede derivar en depresión. Asimismo, agregan que, conforme avancen en la carrera, los niveles de depresión disminuyen gracias a su adaptación al ámbito universitario.

5.2. Conclusiones

1. Existe correlación positiva, moderada y muy significativa entre el estrés académico y la depresión.
2. En el primer objetivo específico predominó estrés académico moderado al igual que en sus dimensiones.

3. En relación al segundo objetivo específico, se registró una predominancia de depresión mínima en más de la mitad de la muestra.
4. Referente al tercer objetivo específico, los estresores y síntomas obtuvieron una correlación directa con la depresión. En contraste, las estrategias de afrontamiento correlacionaron de forma negativa con la depresión.
5. Se encontraron diferencias considerables en el estrés académico a favor del sexo femenino.
6. No se halló diferencias considerables en el estrés académico en función a la edad.
7. No se encontraron diferencias considerables en el estrés académico en función a la carrera.
8. No se halló diferencias considerables en el estrés académico en función al ciclo académico.
9. No se identificaron diferencias en la depresión en función al sexo y carrera.
10. Se obtuvo diferencias en la depresión a favor del grupo de 19 a 25 años y del sexto ciclo.

5.3. Recomendaciones

1. A los investigadores peruanos, extender el estudio a otras instituciones de educación superior tanto privadas como estatales, con la finalidad de realizar estudios comparativos durante la época de pandemia.
2. A los investigadores internacionales, continuar con la línea de investigación, añadiendo nuevas variables sociodemográficas como estado civil, estrato socioeconómico, residencia actual, ocupación (si tuviese), entre otros, para ser comparadas y puedan contribuir al desarrollo de nuevas teorías.

3. A las autoridades nacionales, regionales, municipales y de instituciones educativas, diseñar un plan de prevención de depresión con el fin de detectarla a tiempo, y así reducir las posibilidades de suicidio estudiantil.
4. Transmitir información a estudiantes y maestros respecto al estrés académico y depresión, pues ambas partes están conforman el circuito de enseñanza y aprendizaje.
5. Promover la importancia del estrés académico y depresión a nivel nacional, pues se evidenció un porcentaje en nivel severo, lo cual puede ser preocupante para otras entidades educativas.

REFERENCIAS

- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4ª ed.).
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5ª ed.).
- Arias, J. (2020). *Métodos de investigación online: Herramientas digitales para recolectar datos*. Biblioteca Nacional del Perú.
- Arribas, J. (2013). Hacia un modelo causal de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de enfermería. *Revista de educación*, 60(2), 533-556.
- Arrivillaga, M., Cortés, C., Goicochea, J. y Lozano, T. (2003). Características de la depresión en jóvenes universitarios. *Universitas Psicológica*, 3(1), 17-26.
- Barraza, A. (2006, 21 de noviembre). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*. Revista *Psicología Científica*.com.
<https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual/>
- Barraza, A. (2007, enero). *Estrés académico: un estado de la cuestión*. Revista *Psicología Científica*.com.
<http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-232-estres-academico-un-estado-de-la-cuestion.pdf>
- Barraza, A. (2007, febrero). *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico*. Revista *Psicología Científica*.com.
<https://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas/>
- Barraza, A. (2018). *Inventario Sistemico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems*. ECORFAN.
- Barreda, D. (2019). Propiedades Psicométricas del Inventario de Depresión de Beck-II (IDB-II) en una muestra clínica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22(1), 39-52.

<https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/16580/14212>

- Beck, A., Steer, R. & Brown, G. (1996). *BDI-II: Beck Depression Inventory Second Edition Manual*. San Antonio.
- Becerra, J. y Pachamora, R. (2015). *Ansiedad y Depresión en estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2015* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio de la Universidad Peruana Unión. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/147/Jhenny_Tesis_bachiller_2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Bernal, C. (2016). *Metodología de la investigación: Administración, economía, humanidades y ciencias sociales* (4ª ed.). Pearson.
- Berrío, N. y Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 65-82. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006&lng=pt&tlng=es.
- Brenlla, M. y Rodríguez, C. (2009). *Adaptación argentina del Inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II)* (2ª ed.). Paidós.
- Carmines, E. & Zeller, R. (1979). *Reliability and Validity Assesment*. Sage Publications.
- Ccarhuarupay, L. (2014). *Factores relacionados a síntomas depresivos en adolescentes tardíos pre-universitarios con sobrepeso y obesidad* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio de la Universidad Nacional de San Agustín. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/4281/MDccbalg.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Cerna, R. (2018). *Estrategias de aprendizaje y estrés académico en estudiantes universitarios de primer ciclo de la facultad de psicología de una universidad privada de Lima* [Tesis de maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio de la Universidad Peruana Cayetano Heredia. https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/4383/Estrategias_CernaAnaya_Rocio.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Cobiellas, L., Anazco, A. y Góngora, O. (2020). Estrés académico y depresión mental en estudiantes de primer año de medicina. *Educación Médica Superior*, 34(2). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412020000200015
- Corado, A. (2013). *Estrés académico en estudiantes del primer semestre sección A de la Facultad de Ciencias Médicas y de la Salud de la Universidad Mariano Gálvez de Guatemala* [Tesis doctoral, Universidad Mariano Gálvez]. Repositorio de la Universidad Mariano Gálvez <https://dokumen.tips/documents/estres-academico-562f9a59bae93.html>
- Cova, F., Melipillán, R., Valdivia, M., Bravo, E. y Valenzuela, B. (2007). Sintomatología depresiva y ansiosa en estudiantes de enseñanza media. *Revista chilena de Pediatría*, 78(2), 151-59. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S037041062007000200005&script=sci_arttext
- Cova, F., Alvial, W., Aro, M., Bonifetti, A., Hernández, M. y Rodríguez, C. (2007). Problemas de salud mental en estudiantes de la Universidad de Concepción. *Terapia Psicológica*, 25(2), 105-12. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082007000200001

- Da Silva, F., Goncalves, E., Valdivia, B., Grazielle, G., Da Silva, T., Soleman, S., y Da Silva, R. (2015). Estimadores de consistencia interna en las investigaciones en salud: el uso del coeficiente alfa. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 32 (1), 129-138. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rins/v32n1/a19v32n1.pdf>
- Dueñas, Y. (2017). Depresión y estrés en estudiantes de tercer semestre de la Escuela de Medicina de la Universidad Central del Ecuador. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas*, 35(1), 63-64. https://revistadigital.uce.edu.ec/index.php/CIENCIAS_MEDICAS/article/view/1064
- Espinoza, J. (2021). *Estrés académico, depresión y agresividad en estudiantes universitarios de Lima, 2021* [Tesis doctoral, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/74200/Espinoza_SJC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Flores, L. (2019). *Nivel de Estrés Académico en estudiantes universitarios* [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio de la Universidad Católica de Santa María <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/9691/76.0404.PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- García, C. (2006). La medición en ciencias sociales y en la psicología. En R. Landeo y M. Ramírez (Eds.), *Estadística con SPSS y metodología de la investigación* (pp.139-166). Trillas.
- González, D., Reséndiz, A. y Reyes, I. (2015). Adaptación del IDB-II en México. *Salud Mental*, 38(4), 237-244. <https://dx.doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2015.033>

Hernández, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill.

Hinostroza, L. y Zubieta, A. (2021). *Estrés académico y depresión en estudiantes de psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios* [Tesis de pregrado, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. Repositorio de la Corporación Universitaria Minuto de Dios
<https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/12780>

Instituto Nacional de Salud Mental. (2011). *Depresión y ansiedad, trastornos mentales que predominan en el Perú*. <http://www.insm.gob.pe/>

Kloster, G. y Perrotta, D. (2019). *Estrés Académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná* [Tesis de pregrado, Universidad Católica Argentina Santa María de los Buenos Aires]. Repositorio de la Universidad Católica Argentina Santa María de los Buenos Aires
<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres-academico-estudiantes-universitarios.pdf>

Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Ediciones Martínez Roca.

Lovatón, A. (2018). *Factores asociados que predisponen a la aparición de síntomas de depresión en alumnos de estomatología* [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2847/TESIS_AL_EXANDRA%20NATHALY%20LIZETH%20LOVAT%c3%93N%20FLORES.pdf?sequence=2&isAllowed=y

- Maceo, O. (2013). Estrés académico: causas y consecuencias. *MULTIMED*, 17(2), 1-15. <https://www.medigraphic.com/pdfs/multimed/mul-2013/mul132q.pdf>
- Maquera, M. (2020). *Depresión y Estrés académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano- Puno, 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio de la Universidad Nacional del Altiplano
http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/13643/Maquera_Payva_Maria_Elisa.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Martín, M. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*, 25(1), 87-99.
<http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/117/119>
- Mayo Clinic. (2019). *Depresión en las mujeres: comprensión de la brecha de género*.
<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/depression/in-depth/depression/art-20047725>
- Michie, F., Glachan, M. & Bray, D. (2001). An evaluation of factors influencing the academic self-concept, self-esteem and academic stress for direct and re-entry students in higher education. *Educational Psychology: An International Journal of Experimental Educational Psychology*, 21(4), 455-472.
<http://dx.doi.org/10.1080/01443410120090830>
- Miranda, K. (2019). *Estrés Académico en estudiantes universitarios de la Facultad de Medicina de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana, 2018* [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega
http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3721/008594_Tr

b._Suf._Prof._Miranda%20Colque%20Katherine%20Deysi.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Montalván, J. y Obregón, B. (2020). *Estrés académico, calidad de sueño y funcionalidad familiar asociados con la depresión en estudiantes del primero al quinto año de medicina humana de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco en el 2018* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Repositorio de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán <http://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13080/5569/TMH00134M84.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Olivas-Ugarte, L., Morales-Hernández, S., y Solano-Jáuregui, M. (2021). Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos. *Propósitos y Representaciones*, 9(2), 647. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n2.647>

Ortiz, M. (1997). *Trastornos psicológicos*. Aljibe.

Perales, A., Sogi, C. y Morales, R. (2003). Estudio comparativo de salud mental en estudiantes de medicina de dos universidades estatales peruanas. *Anales de la Facultad de Medicina*, 64(4), 239-46.

Quispe, C. (2019). *Niveles de estrés académico en los estudiantes de la carrera profesional de Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo 2018* [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4237/TRABSUFICIENCIA_QUISPE_CARMEN.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Restrepo, J., Sánchez, O., Calderón, G., Castañeda, T., Osorio, Y. y Diez, P. (2018). Depresión y su relación con el consumo de sustancias psicoactivas, el estrés

- académico y la ideación suicida en estudiantes universitarios colombianos. *Health and Addictions*, 18(2), 227-239. <https://doi.org/10.21134/haaj.v18i2.359>
- Rivas, V. y Jiménez, J. (2014). Frecuencia e intensidad del estrés en estudiantes de licenciatura en Enfermería de la DACS. *Revista Salud Pública*, 13(1), 162-169. <http://revistas.ujat.mx/index.php/horizonte/article/view/59/827>
- Riveros, M., Hernández, H. y Rivera, J. (2007). Niveles de depresión y ansiedad en estudiantes universitarios de Lima metropolitana. *Revista de Investigación en Psicología*, 10(1), 92-102.
- Román, C., Ortiz, F. y Hernández, Y. (2008) El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*, 7(46), 1-8. <https://rieoei.org/historico/deloslectores/2371Collazo.pdf>
- Rosales, J. (2016). *Estrés Académico y Hábitos de Estudio en universitarios de la carrera de Psicología de un centro de formación superior privada de Lima-sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/124/1/ROSALES%20FERNANDEZ.pdf>
- Santos, J., Jaramillo, J., Morocho, M., Senín, M. y Rodríguez, J. (2017). Estudio Transversal: Evaluación del Estrés Académico en Estudiantes de Medicina y su Asociación con la Depresión. *Revista Médica HJCA*, 9(3), 255-260. <https://idus.us.es/handle//11441/75732>
- Struthers, C., Perry, R. & Menec, V. (2000). An Examination of the Relationship Among Academic Stress, Coping, Motivation, and Performance in College.

Research in Higher Education, 41, 581–592.

<https://link.springer.com/article/10.1023/A:1007094931292#citeas>

Tacsa, P. (2018). *Respuestas rumiativas en pacientes con depresión, ansiedad y trastorno límite de la personalidad en un hospital de salud* [Tesis de maestría, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio de la Universidad San Martín de Porres. <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/3582>

Thomen, M. (2019, 3 de septiembre). *Depresión mayor: criterios DSM-V, síntomas, causas y tratamiento*. Psicología-Online. https://www.psicologia-online.com/depresion-mayor-criterios-dsm-v-sintomas-causas-y-tratamiento-4559.html#anchor_1

Trigueros, R., Padilla, A., Aguilar, J., Rocamora, P., Morales, M. & López, R. (2020). The Influence of Emotional Intelligence on Resilience, Test Anxiety, Academic Stress and the Mediterranean Diet. A Study with University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6). <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17062071>

Toribio, C. y Franco, S. (2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Salud y Administración*, 3(7), 11-18. http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2_Estres_acad.pdf

Vara, A. (2006). *Aspectos generales de la depresión: Una revisión Empírica*. Lima: Asociación por las defensas de la minoría.

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVO	MARCO TEÓRICO	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>Problema general: ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021?</p> <p>Problemas específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál será el nivel de estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021? • ¿Cuál será el nivel de depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021? • ¿Cuál es la relación entre las dimensiones del estrés académico 	<p>Objetivo general: Determinar la relación entre el estrés académico y depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021. • Determinar el nivel de depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021. • Establecer la relación entre las dimensiones del estrés académico y la depresión en estudiantes de la 	<p>Antecedentes. A nivel nacional:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Espinoza (2021): Estrés académico, depresión y agresividad en estudiantes universitarios de Lima, 2021. • Maquera (2020): Depresión y Estrés académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano- Puno, 2019. • Montalván y Obregón (2020): Estrés académico, calidad de sueño y funcionalidad familiar asociados con la depresión en estudiantes del primero al quinto año de medicina humana de la universidad 	<p>Hipótesis general: Hg: Existe relación significativa entre el estrés académico y la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021.</p> <p>Hipótesis específicas: He₁: Existe relación significativa entre las dimensiones del estrés académico y la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021. He₂: Existen diferencias estadísticamente significativas en el</p>	<p>Variable 1: Estrés académico: Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estresores - Síntomas - Estrategias de afrontamiento <p>Variable 2: Depresión (unidimensional)</p>	<p>Tipo de investigación Correlacional.</p> <p>Diseño de investigación No experimental, transversal.</p> <p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumentos de medición: Inventario SISCO del estrés académico SV-21 (Barraza, 2018). Inventario de Depresión de Beck-II (IDB-II) (Beck, Steer & Brown, 1996).</p>

- y la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021?
- ¿Habrá diferencias en función al sexo acerca del estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021?
 - ¿Habrá diferencias en función a la edad acerca del estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021?
 - ¿Habrá diferencias en función a la carrera acerca del estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de
- Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021.
- Identificar las diferencias significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al sexo.
 - Identificar las diferencias significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la edad.
 - Identificar las diferencias significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la carrera.
- nacional Hermilio Valdizán de Huánuco en el 2018.
- Flores (2019): Nivel de Estrés Académico en estudiantes universitarios.
 - Miranda (2019): Estrés Académico en estudiantes universitarios de la Facultad de Medicina de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana.
- A nivel internacional:
- Hinestroza y Zubieta (2021): Estrés académico y depresión en estudiantes de Psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.
 - Cobiellas et al. (2020): Estrés académico y depresión mental en
- estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al sexo.
- He₃:** Existen diferencias estadísticamente significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la edad.
- He₄:** Existen diferencias significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la carrera.
- He₅:** Existen diferencias
-

- la Universidad Privada del Norte-2021?
- ¿Habrán diferencias en función al ciclo académico acerca del estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021?
 - ¿Habrán diferencias en función al sexo acerca de la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021?
 - ¿Habrán diferencias en función a la edad acerca de la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021?
- Identificar las diferencias significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al ciclo académico.
 - Identificar las diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al sexo.
 - Identificar las diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la edad.
 - Identificar las diferencias significativas en el estrés académico en estudiantes de primer año de medicina.
- Kloster y Perrota (2019): Estrés Académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná.
 - Restrepo et al. (2018): Depresión y su relación con el consumo de sustancias psicoactivas, el estrés académico y la ideación suicida en estudiantes universitarios colombianos.
 - Santos et al. (2017): Estudio Transversal: Evaluación del Estrés Académico en Estudiantes de Medicina y su Asociación con la Depresión.
 - Dueñas (2017): Depresión y estrés en estudiantes de tercer
- significativas en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al ciclo académico.
- He₆:** Existen diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al sexo.
- He₇:** Existen diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la edad.
- He₈:** Existen diferencias
-

- ¿Habrán diferencias en función a la carrera acerca de la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021?
 - ¿Habrán diferencias en función al ciclo académico acerca de la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021?
- significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la carrera.
- Identificar las diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al ciclo académico.
- semestre de la Escuela de Medicina de la Universidad Central del Ecuador.
- significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función a la carrera.
- He₉.** Existen diferencias significativas en la depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021 en función al ciclo académico.
-

Anexo 2: Instrumentos de medición

Ficha técnica

Nombre	: Inventario SISCO SV-21 de Estrés Académico
Autor	: Barraza, A. (2018)
Adaptación peruana	: Olivas-Ugarte, L., Morales-Hernández, S. y Solano-Jáuregui, M. (2021)
Administración	: Individual y colectiva
Duración	: 10 minutos aprox.
Nivel de aplicación	: A partir de los 13 años
Dimensiones	: Estresores, Síntomas y Estrategias de afrontamiento

Inventario SISCO SV-21 de Estrés Académico

Barraza, A. (2018)

Adaptado por Olivas-Ugarte, L., Morales-Hernández, S. y Solano-Jáuregui, M. (2021)

Instrucciones

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

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

Si

No

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

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

1	2	3	4	5

3.-Dimensión estresores

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿con que frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

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

¿Con qué frecuencia te estresa:

Estresores	N	CN	RV	AV	CS	S
La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.						
La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases.						
La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)						
El nivel de exigencia de mis profesores/as						
El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)						
Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as						
La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as.						

4.- Dimensión síntomas (reacciones)

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X, ¿con que frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:

Síntomas	N	CN	RV	AV	CS	S
Fatiga crónica (cansancio permanente)						
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
Ansiedad, angustia o desesperación.						
Problemas de concentración						
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad						

Conflictos o tendencia a polemizar o discutir						
Desgano para realizar las labores escolares						

5.- Dimensión estrategias de afrontamiento

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

¿Con qué frecuencia para enfrentar tu estrés te orientas a:

Estrategias	N	CN	RV	AV	CS	S
Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa						
Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione						
Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						
Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que me preocupa						

Ficha técnica

Nombre	: Inventario de Depresión de Beck II (IDB-II)
Autor(es)	: Beck, A., Steer, R. y Brown, G. (1996)
Adaptación peruana	: Barreda, D. (2019)
Administración	: Individual y colectiva
Duración	: 5 a 10 minutos aprox.
Nivel de aplicación	: A partir de los 16 años
Dimensiones	: Unidimensional

INVENTARIO DE DEPRESIÓN DE BECK – SEGUNDA VERSIÓN (BDI – II)

Aaron T. Beck, Robert A. Steer y Gregory K. Brown

Adaptado por Barreda (2019).

Instrucciones

Este cuestionario consta de 21 grupos de enunciados. Por favor, lea cada uno de ellos cuidadosamente. Luego elija uno de cada grupo, el que mejor describa el modo como se ha sentido las últimas dos semanas, incluyendo el día de hoy. Marque con un círculo el número correspondiente al enunciado elegido. Si varios enunciados de un mismo grupo le parecen igualmente apropiados, marque el número más alto. Verifique que no haya elegido más de uno por grupo, incluyendo el ítem 16 (cambio en los hábitos de sueño) y el ítem 18 (cambio en el apetito).

1. Tristeza

- 0 No me siento triste.
- 1 Me siento triste gran parte del tiempo.
- 2 Estoy triste todo el tiempo
- 3 Estoy tan triste y tan infeliz que no puedo soportarlo

2. Pesimismo

- 0 No me siento desanimado respecto a mi futuro.
- 1 Me siento más desanimado respecto a mi futuro que antes.
- 2 No espero que las cosas funcionen para mí.
- 3 Siento que no hay esperanza para mí en el futuro y que las cosas van a empeorar.

3. Fracaso

- 0 No me siento como un fracasado.
- 1 He fracasado más de debido.
- 2 Cuando miro hacia atrás veo muchos fracasos.
- 3 Siento que como persona soy un fracaso total.

4. Pérdida de placer

- 0 Obtengo tanta satisfacción de las cosas como antes.
- 1 No disfruto tanto de las cosas como antes.
- 2 Obtengo muy poco placer de las cosas.
- 3 No puedo obtener ningún placer de las cosas.

5. Sentimientos de culpa

- 0 No me siento culpable.
- 1 Me siento culpable respecto a varias cosas que he hecho o que debería haber hecho.
- 2 Me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo.
- 3 Me siento culpable todo el tiempo.

6. Sentimientos de castigo

- 0 No siento que esté siendo castigado.
- 1 Creo que tal vez estoy siendo castigado.
- 2 Espero ser castigado.
- 3 Siento que estoy siendo castigado.

7. Disconformidad con uno mismo

- 0 Siento acerca de mí, lo mismo que siempre.
- 1 He perdido la confianza en mí mismo.
- 2 Estoy decepcionado de mí mismo.
- 3 No me gusta a mí mismo.

8. Autocrítica

- 0 No me critico ni me culpo más de lo habitual.
- 1 Estoy más crítico conmigo mismo que antes.
- 2 Me critico a mí mismo por todos mis errores.
- 3 Me culpo a mí mismo por todo lo malo que sucede.

9. Pensamientos o deseos suicidas

- 0 No pienso en matarme.
- 1 He pensado en matarme, pero no lo haría.
- 2 Desearía matarme.
- 3 Me mataría si tuviera la oportunidad de hacerlo.

10. Llanto

- 0 No lloro más de lo usual.
- 1 Lloro más que antes.
- 2 Lloro por cualquier pequeñez.
- 3 Siento ganas de llorar, pero no puedo.

11. Agitación

- 0 No estoy más inquieto o tenso que antes.
- 1 Me siento más inquieto o tenso que antes.
- 2 Estoy tan inquieto que me es difícil quedarme tranquilo.
- 3 Estoy tan inquieto que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo.

12. Pérdida de interés

- 0 No he perdido el interés en otras actividades o personas.
- 1 Estoy menos interesado que antes en otras personas o cosas.
- 2 He perdido casi todo el interés en otras personas o cosas.
- 3 Me es difícil interesarme por algo.

13. Indecisión

- 0 Tomo decisiones tan bien como siempre.
- 1 Me resulta más difícil que de costumbre tomar decisiones.
- 2 Encuentro más dificultad que antes para tomar decisiones.
- 3 Tengo problemas para tomar cualquier decisión.

14. Desvalorización

0 Siento que soy valioso.

1 No me considero tan valioso y útil como antes.

2 Me siento menos valioso cuando me comparo con los demás.

3 Siento que no valgo nada.

15. Pérdida de energía

0 Tengo tanta energía como siempre.

1 Tengo menos energía que antes.

2 No tengo suficiente energía para hacer algunas cosas.

3 No tengo energía suficiente para hacer nada.

16. Cambios en los hábitos de sueño

0 No he experimentado ningún cambio en mis hábitos de sueño.

1a Duermo un poco más que lo habitual.

1b Duermo un poco menos que lo habitual.

2a Duermo mucho más que lo habitual.

2b Duermo mucho menos que lo habitual.

3a Duermo la mayor parte del día.

3b Me despierto 1-2 horas más temprano y no puedo volver a dormir.

17. Irritabilidad

0 No estoy más irritable que antes.

1 Estoy más irritable que antes.

2 Estoy mucho más irritable que antes.

3 Estoy irritable todo el tiempo.

18. Cambios en el apetito

0 No he experimentado ningún cambio en mi apetito.

1a Mi apetito es un poco menor que antes.

1b Mi apetito es un poco mayor que antes.

2a Mi apetito es mucho menor que antes.

2b Mi apetito es mucho mayor que antes.

3a No tengo apetito en absoluto.

3b Quiero comer todo el tiempo.

19. Dificultad de concentración

0 Puedo concentrarme tan bien como siempre.

1 No puedo concentrarme tan bien como antes.

2 Me es difícil mantener la atención en algo por mucho tiempo.

3 Encuentro que no puedo concentrarme en nada.

20. Cansancio o fatiga

0 No estoy más cansado o fatigado que lo habitual.

1 Me fatigo o me canso más fácilmente que antes.

2 Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas de las cosas que antes solía hacer.

3 Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que antes solía hacer.

21. Pérdida de interés en el sexo

0 No he notado ningún cambio reciente en mi interés por el sexo.

1 Estoy menos interesado en el sexo que antes.

2 Ahora estoy mucho menos interesado en el sexo.

3 He perdido completamente el interés en el sexo.

Anexo 3: Informe de software anti plagio

JESÚS IBAÑEZ MONTOYA 3

INFORME DE ORIGINALIDAD

22%

INDICE DE SIMILITUD

22%

FUENTES DE INTERNET

8%

PUBLICACIONES

%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.autonoma.edu.pe

Fuente de Internet

6%

2

repositorio.ucv.edu.pe

Fuente de Internet

2%

3

hdl.handle.net

Fuente de Internet

1%

4

repositorio.upn.edu.pe

Fuente de Internet

1%

5

repositorio.upt.edu.pe

Fuente de Internet

1%

6

www.oalib.com

Fuente de Internet

1%

7

repositorio.uigv.edu.pe

Fuente de Internet

<1%

8

pt.scribd.com

Fuente de Internet

<1%

9

www.researchgate.net

Fuente de Internet

<1%

Anexo 4: Consentimiento informado

Anexo 4: Consentimiento

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN EL ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

Yo _____ declaro haber sido informado e invitado a participar en la investigación denominada “*Estrés académico y depresión en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021*” del Bachiller Jesús Ibañez Montoya, para que obtenga su Título Profesional de Licenciado en Psicología por la Universidad Autónoma del Perú.

Entiendo que el estudio busca determinar la relación entre estrés académico y la depresión en una muestra de estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte-2021, y sé que mi participación consistirá en responder una encuesta que demorará 15 minutos aproximadamente. Se me explicó la confidencialidad de la información que brinde, y que los nombres de los participantes serán asociados a un número de serie, significando que las respuestas no podrán ser identificadas por ajenos ni en la publicación del estudio.

Estoy en conocimiento que no se me entregarán los datos y que la participación en este estudio no es remunerada. Conozco que la información podrá beneficiar a la sociedad donde se está llevando a cabo; asimismo, sé que puedo negar la participación o retirarme cuando crea conveniente, sin causas ni consecuencias negativas para mí. Para confirmar su participación marque con un aspa la siguiente opción.

Sí quiero participar

Fecha: _____ de _____ de 2021