



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

TESIS

ESTRÉS ACADÉMICO Y CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES DE LA
CARRERA DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA SUR

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

AUTORA

LADY LUZ GUEVARA ANGULO
ORCID: 0000-0001-5477-478X

ASESORA

MAG. JENNIFER FIORELLA YUCRA CAMPOSANO
ORCID: 0000-0002-2014-1690

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

PROBLEMAS RELACIONADOS AL ÁMBITO EDUCATIVO

LIMA, PERÚ MARZO DE 2022



CC BY-NC-SA

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Esta licencia permite a otros entremezclar, ajustar y construir a partir de su obra con fines no comerciales, siempre y cuando le reconozcan la autoría y sus nuevas creaciones estén bajo una licencia con los mismos términos.

Referencia bibliográfica

Guevara Angulo, L. L. (2022). *Estrés académico y consumo de alcohol en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

HOJA DE METADATOS

Datos del autor	
Nombres y apellidos	Lady Luz Guevara Angulo
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	75105035
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0001-5477-478X
Datos del asesor	
Nombres y apellidos	Jennifer Fiorella Yucra Camposano
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	44745102
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-2014-1690
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Víctor Hugo Villanueva Acosta
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	09749871
Secretario del jurado	
Nombres y apellidos	Diego Ismael Valencia Pecho
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	46196305
Vocal del jurado	
Nombres y apellidos	Silvana Graciela Varela Guevara
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	47283514
Datos de investigación	
Título de la investigación	Estrés académico y consumo de alcohol en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Sur
Línea de investigación Institucional	Persona, Sociedad, Empresa y Estado
Línea de investigación del Programa	Problemas Relacionados Al Ámbito Educativo
URL de disciplinas OCDE	https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Lima, el Jurado de Sustentación de Tesis conformado por los psicólogos colegiados: Dr. Víctor Hugo Villanueva Acosta, Mag. Silvana Graciela Varela Guevara y el Mag. Diego Ismael Valencia Pecho, reunidos en acto público para dictaminar la tesis titulada:

**ESTRÉS ACADÉMICO Y CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES DE
LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE
LIMA SUR**

Presentado por la Bachiller:

LADY LUZ GUEVARA ANGULO

Para obtener el **Título Profesional de Licenciada en Psicología**; luego de escuchar la sustentación de la misma y resueltas las preguntas del jurado, acuerdan:

APROBADA POR MAYORIA

En fe de lo cual firman los miembros del jurado, a once días del mes de marzo de 2022.



Dr. Víctor Hugo Villanueva Acosta
C. Ps. P. 4254
Presidente



Mag. Diego Ismael Valencia Pecho
C. Ps. P. 24039
Secretario



Mag. Silvana Graciela Varela
Guevara
C. Ps. P. 24029
Vocal

ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo la Mag. Jennifer Fiorella Yucra Camposano, docente de la Facultad de Ciencias Humanas y Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú, en mi condición de asesor de la tesis titulada “ESTRÉS ACADÉMICO Y CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA SUR” de la estudiante Lady Luz Guevara Angulo, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 18% verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin que se adjunta.

El suscrito analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Autónoma del Perú.

Lima, 24 de febrero del 2022



Mag. Jennifer Fiorella Yucra Camposano

DNI 44745102

DEDICATORIA

A mis padres, por su cariño y esfuerzo constante día a día, en cada decisión que tomaba. A mis abuelos y tíos por sus consejos, que me ayudaron a seguir adelante.

AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecer a mi asesora Mag. Jennifer Fiorella Yucra Camposano, por su apoyo y guía en el transcurso de la elaboración de tesis. Así mismo, a los docentes por brindarme sus conocimientos y fueron una guía durante estos años para seguir día a día. Finalmente, agradezco a todos los estudiantes de Psicología quienes brindaron su apoyo y tiempo, accediendo a formar parte de este análisis científico.

ÍNDICE

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTOS	3
RESUMEN	7
ABSTRACT	8
RESUMO	9
INTRODUCCIÓN	10
CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. Realidad problemática.....	13
1.2. Justificación e importancia de la investigación.....	16
1.3. Objetivos de la investigación: general y específicos.....	17
1.4. Limitaciones de la investigación.....	17
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes de estudios.....	19
2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado.....	22
2.3. Definición conceptual de la terminología empleada.....	31
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO	
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	33
3.2. Población y muestra	33
3.3. Hipótesis.....	34
3.4. Variables – Operacionalización.....	34
3.5. Métodos y técnicas de investigación.....	36
3.6. Procesamiento de los datos.....	42
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS	
4.1. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable.....	44
4.2. Contrastación de hipótesis.....	46
CAPÍTULO V: DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1. Discusiones.....	50
5.2. Conclusiones.....	52
5.3. Recomendaciones.....	53
REFERENCIAS	

ANEXOS

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Operacionalización de la variable estrés académico
Tabla 2	Operacionalización de la variable consumo de alcohol
Tabla 3	Matriz de estructura factorial de la Escala de Estrés Académico SISCO
Tabla 4	Estadístico de confiabilidad de la Escala de Estrés Académico SISCO
Tabla 5	Matriz de estructura factorial del Cuestionario AUDIT
Tabla 6	Estadísticos de confiabilidad del Cuestionario AUDIT
Tabla 7	Frecuencias y porcentajes de los niveles de la variable estrés académico
Tabla 8	Frecuencias y porcentajes de los niveles de la variable consumo de alcohol
Tabla 9	Prueba de normalidad de la variable estrés académico y sus dimensiones
Tabla 10	Prueba de normalidad de la variable consumo de alcohol y sus dimensiones
Tabla 11	Análisis estadístico de la correlación entre las dimensiones de las variables estrés académico y consumo de alcohol
Tabla 12	Análisis estadístico de la correlación del total de la variable estrés académico y la variable consumo de alcohol

ESTRÉS ACADÉMICO Y CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA SUR

LADY LUZ GUEVARA ANGULO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

El presente trabajo tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Sur. El tipo de investigación desarrollada fue correlacional y de diseño no experimental. La muestra estuvo compuesta por 250 estudiantes de la carrera de Psicología del primer al onceavo ciclo, el muestreo utilizado fue el no probabilístico. Los instrumentos de evaluación utilizados fueron el Inventario de Estrés Académico SISCO de Barraza (2006) adaptado por Jabel (2017) y el Cuestionario de Identificación de Trastornos Debidos al Consumo de Alcohol – AUDIT de Saunders et al. (1993) adaptado por Pozo (2018). Los resultados obtenidos evidencian que el 55.6% de la muestra presenta un nivel promedio de estrés académico, mientras que un 70% de la muestra presenta niveles bajos en consumo de alcohol. Por otro lado, se encontró correlación estadísticamente significativa positiva muy débil ($r_s=.146$) entre todas las dimensiones de consumo de alcohol y las dimensiones de respuestas psicológicas y corporales de la variable estrés académico, así también entre la dimensión síntomas de dependencia y estilos de afrontamiento ($r_s=.155$). Finalmente, se encontró relación ($r_s=.127$) entre las variables estrés académico y consumo de alcohol. Como conclusión podemos decir que, si existe correlación entre ambas variables.

Palabras clave: estrés académico, consumo de alcohol, estudiantes universitarios.

ACADEMIC STRESS AND ALCOHOL CONSUMPTION IN STUDENTS OF THE PSYCHOLOGY CAREER OF A PRIVATE UNIVERSITY IN LIMA SUR

LADY LUZ GUEVARA ANGULO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

The present study aimed to determine the relationship between academic stress and alcohol consumption in students of the Psychology career of a Private university of Lima Sur. The type of research developed was correlational and non-experimental design. The sample consisted of 250 students from the first to the eleventh cycle of Psychology, the non-probabilistic sampling used. The evaluation instruments used, the SISCO Academic Stress Inventory by Barraza (2006) which adapted by Jabel (2017) and the Questionnaire for Identification of Alcohol Use Disorders - AUDIT by Saunders et al. (1993) adapted by Pozo (2018). The results obtained show that 55.6% of the sample has an average level of academic stress, while 70% of the sample presented a low level of alcohol consumption. On the other hand, a very weak positive statistically significant correlation was found ($r_s=.146$) between all dimensions of alcohol consumption and dimensions of psychological and bodily responses of the academic stress variable, as well as between the dimension of dependency symptoms and coping styles ($r_s=.155$). Finally, relationship ($r_s=.127$) was found between the variables academic stress and alcohol consumption. In conclusion, we can say that there is a correlation between both variables.

Keywords: Academic stress, alcohol consumption, college students

**ESTRESSE ACADÊMICO E CONSUMO DE ÁLCOOL EM ESTUDANTES DA
CARREIRA DE PSICOLOGIA DE UMA UNIVERSIDADE PRIVADA DE SUL DE
LIMA**

LADY LUZ GUEVARA ANGULO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

O objectivo deste estudo foi determinar a relação entre estresse académico e consumo de álcool em estudantes de Psicologia de uma universidade privada no sul de Lima. O tipo de investigação desenvolvida foi de concepção correlacional e não experimental. A amostra foi composta por 250 estudantes do primeiro ao décimo primeiro ano do curso de Psicologia, foi amostragem não-probabilística. Os instrumentos de avaliação utilizados o Inventário Académico de Stress SISCO pelo seu autor Barraza (2006) adaptado por Jabel (2017) Questionário de Identificação de Transtornos do Consumo de Álcool – AUDIT de Saunders et al. (1993) adaptado por Pozo (2018). Os resultados obtidos mostram que 55.6% da amostra apresenta um nível médio de stress académico, enquanto 70% da amostra apresentava baixos níveis de consumo de álcool. Por outro lado, foi encontrada uma correlação positiva estatisticamente significativa muito fraca ($r_s=.146$) entre todas as dimensões do consumo de álcool e as dimensões de resposta psicológica e corporal da variável de stress académico, bem como entre as dimensões de sintomas de dependência e os estilos de vida ($r_s=.155$). Finalmente, foi encontrada uma relação positiva muito fraca ($r_s = .127$) entre as variáveis stress académico e consumo de álcool. Em conclusão, podemos dizer que existe uma correlação entre ambas as variáveis.

Palavras-chave: Estresse académico, consumo de álcool, estudantes universitários.

INTRODUCCIÓN

Estudios indican que el estrés académico es aquel fenómeno que está afectando a muchos universitarios en la actualidad, puesto que atraviesan exigencias académicas las cuales generan estrés, perjudicando no solo el ámbito académico sino también, su salud mental.

Muchos universitarios evidencian problemas de salud mental por estrés académico, ya que afecta la respuesta emocional, psicológica y fisiológica al querer o intentar adaptarse a las presiones o exigencias que se les presentan en alguna situación, siendo así un proceso de adaptación a dichas situaciones positivas o negativas.

De igual manera, la ingesta de alcohol también es problema contemporáneo y con amplia incidencia, esto es por las grandes consecuencias que trae a los estudiantes.

Por lo anterior mencionado, el fin del trabajo fue relacionar ambas variables, es así como la línea de investigación que presentó este estudio fue problemas relacionados al ámbito educativo, esta investigación permitirá aportar datos y conocimientos de ambas variables, debido a que existen pocas investigaciones al respecto.

En el primer capítulo, está la realidad problemática, donde se describen datos importantes sobre las variables mencionadas. La formulación de problema, justificación e importancia del estudio realizado; del mismo modo, los objetivos, general y específicos que trazan el interés del estudio y las limitaciones que presentó.

Así mismo, en el segundo acápite, se encuentran los estudios previos, el desarrollo del tema elegido y la respectiva conceptualización de los términos empleados.

Además, el capítulo tres, menciona la metodología, constituida por el diseño y tipo de la investigación, la población y muestra, además las hipótesis de investigación, variables – operacionalización de estrés académico y consumo de alcohol, los métodos y técnicas del estudio y, por último, el procesamiento de los datos.

Frente al cuarto acápite, se describen los resultados de la investigación, iniciando con los descriptivos de cada una de las variables, la correlación de las dimensiones y contrastación de hipótesis.

Para culminar, en el capítulo quinto, se evidencia la discusión donde se describen los datos frente al análisis realizado con los antecedentes y la teoría en la investigación, también se describen las conclusiones conforme con los resultados que se obtuvieron y finaliza con las sugerencias del trabajo.

CAPÍTULO I
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Realidad problemática

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco, 2020) indicó que, casi 1.500 millones de universitarios de 165 países, dejaron de acudir a clases presenciales debido al brote pandémico de la COVID- 19 obligando a los estudiantes a explorar nuevas y diversas formas de aprender y, a la vez, afrontar problemáticas físicas, económicas y emocionales, causando también un nivel enorme de estrés en la comunidad universitaria.

En México, Toribio y Franco (2016) ejecutaron un estudio de estrés académico en la Universidad del Papaloapan donde obtuvieron como resultado que los estresores con altos porcentajes eran la sobrecarga con un 35% y los exámenes con un 28%, resaltando que el carácter del profesor influye, en un 20%, en el estrés de los educandos. Como conclusión de este estudio mencionan que al identificar cuáles son los estresores que más influencia tienen sobre los estudiantes, permitirán optimizar el bienestar académico y, de esa manera cada estudiante podrá mejorar o afrontar el estrés que pueda atravesar.

En el Perú, la población universitaria presenta un 30% de consecuencias negativas en su salud mental por el estrés académico, siendo así el grupo de la comunidad universitaria más afectada, refiere que esto puede ser debido a las exigencias de las universidades en la población de estudiantes, y si el centro de estudios es de baja exigencia probablemente, el nivel de estrés también sea menor, también refiere que en el mundo ninguna población se ha visto afectada por menos del 20% en ese año (Ministerio de Salud [Minsa], 2018).

Yataco (2019) evidenció en un nivel muy bajo (16.1%), bajo (31%), moderado (25.8%), alto (12.1%) y muy alto (14.9%) de estrés académico.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2021) revela que,

aproximadamente 85 mil individuos fallecen por el abuso de alcohol, en el año. Estas muertes corresponden a un 64.9% personas menores de 60 años. El 80% de las muertes ocurrieron en países como Brasil (24.8%), Estados Unidos (36.9%) y en México (18.4%). Durante la pandemia, la ingesta de alcohol se ha promovido mediante las redes sociales, es así como la disponibilidad ha aumentado, ya que la mayor facilidad de compras era de manera virtual.

A su vez, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018a) evidencia correlación en la ingesta deliberada de alcohol con los problemas comportamentales e inclusive llegando a desarrollar el alcoholismo, así también, no descarta la prevalencia que existe en el desarrollo o inicio de otras enfermedades no transmisibles, tales como tipos de cáncer, en su mayoría enfermedades cardiovasculares y cirrosis hepática. Con respecto a la mortalidad y morbilidad donde encontraron que existe un alto porcentaje de fallecidos por ingesta de alcohol en hombres, que asciende a los 7.7% mientras que en mujeres a un 2.6%.

Ese mismo año, la OMS (2018b) manifestó que alrededor de 2300 millones de personas son consumidores de alcohol, el 44.8% de licor y aguardiente, siendo la cerveza el alcohol más consumido con un 34.3%, seguido del vino con un 11.7%.

El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2015) reportó que, en adolescente mayores de catorce años, el 91.5% había ingerido alcohol, donde se pudo encontrar un porcentaje de 94.8% en hombres, a diferencia de un 88.3% en mujeres. Es así como el consumo de alcohol en Arequipa es de 75.5%, Tumbes 74.5%, Piura 70.9%, Lambayeque 74.6%, Lima 74.1%, Ica 73.6% y la Provincia Constitucional del Callao en un 74.8%.

De la misma manera, Garay (2020), un especialista en psicología de CEDRO indicó que, en el Perú, más de 1 millón de sujetos evidencian problemas relacionados

a la ingesta de alcohol y, a su vez, menciona que a partir de los 13 años los peruanos inician a consumirlo. Es así como los universitarios son los que mayor cantidad de alcohol consumen en el Perú. Frente al tipo de licor que ingieren, va a depender del nivel socioeconómico de los consumidores, añadiendo así que los licores más baratos son los que más daño hacen.

Por otro lado, la Comisión Nacional para el Desarrollo de Vida sin Drogas (DEVIDA, 2013) realizó una investigación donde también mencionan que a los dieciséis años muchas adolescentes mujeres comienzan a beber alcohol, por otra parte; los hombres inician a partir de los quince años. Siendo los universitarios quienes consumen mayormente entre los veintitrés años con 77%, veintiuno a veintidós con 76.63%.

El INEI (2018) menciona que los jóvenes de quince años consumen alcohol quienes forman parte de un porcentaje considerable, por otro lado, el mayor porcentaje de consumo excesivo de licor fue el de Lima Metropolitana con un 95.8% siendo el sexo masculino con mayor porcentaje de 95.4% y en mujeres un 89.6%.

Así mismo, una publicación hecha por el diario El Comercio en el año 2014, reveló en una investigación realizada por CEDRO, como resultado de este estudio refiere que un 30.3% de los preadolescentes confesó haber libado alcohol dos veces por semana, de la misma manera el 38.5% de los adolescentes y el 38.9% de jóvenes. Así también, se halló un mayor consumo de bebidas alcohólicas en mujeres. Por último, cabe resaltar que el estudio realizado, arrojó porcentajes, destacando el 40.4% se encontró en condición de desempleados, el 28.1 % ser estudiantes colegiales, el 43.6 % ser universitarios y el 36.2 % trabajadores (Miró, 2014).

Torres (2019) realizó una investigación en Lima donde menciona en sus resultados que un 71.2% presenta uso de drogas legales dentro de ello el alcohol y

un 17.9% de la muestra estudiada inicia el consumo de alcohol en la universidad.

De acuerdo con lo antes mencionado podemos decir que, los universitarios están expuestos a ingerir alcohol frente a las exigencias creadas por el estrés académico, siendo así que, muchas veces puede pasar de un consumo habitual de alcohol a un abuso de alcohol.

De esta manera, se plantea la pregunta de investigación ¿Cuál es la relación entre estrés académico y consumo de alcohol en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Sur?

1.2. Justificación e importancia de la investigación

El aporte teórico del análisis proporcionará datos y conocimientos actuales a los estudiantes sobre las variables presentadas. Así mismo, proponer a los expertos realizar nuevos estudios sobre las variables expuestas, aportando evidencias teóricas y brindar nuevos conocimientos.

En cuanto a la relevancia social, el trabajo permitirá aportar datos e información actual frente a la realidad social y va a beneficiar a todos los universitarios de una universidad privada, ya que, con todo el conocimiento y datos mencionados en el presente trabajo frente a la posible relación entre las variables, las autoridades podrán tomar nuevas medidas para el beneficio de los estudiantes.

Finalmente, en cuanto a la importancia del presente estudio, al correlacionar las variables de este estudio, es poder dar respuesta a la pregunta antes mencionada y, del mismo modo, dar respuesta si la variable estrés académico puede influir en la ingesta de alcohol en los educandos. Es así, que se favorecerá en ampliar el debate académico respecto al tema.

1.3. Objetivos de la investigación: general y específicos

Objetivo general

- Determinar la relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Sur.

Objetivos específicos

- Describir el nivel de estrés académico en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Sur.
- Analizar el nivel de consumo de alcohol en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Sur.
- Identificar la relación entre las dimensiones de estrés académico y las dimensiones de consumo de alcohol en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Sur.

1.4. Limitaciones de la investigación

El análisis evidenció ciertas complejidades, por ejemplo, la escasa información de las variables en antecedentes nacionales, así mismo, la información estadística en Perú de ambas variables es escasa.

También, se presentaron dificultades al momento de obtener los datos, debido a la situación pandémica y su correspondiente confinamiento social, la ejecución de los instrumentos fue de forma virtual, haciendo que la aplicación sea más complicada.

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de estudios

Antecedentes internacionales

Quinteros (2020) llevó a cabo un análisis correlacional y de diseño no experimental en Ecuador, donde relacionó el estrés académico (EA) y consumo de alcohol (CA) en 225 alumnos de 18 a 22 años. Administró el Inventario de Estrés Académico (SISCO) y el cuestionario de Identificación de Trastornos Relacionados con el Consumo de Alcohol (AUDIT). Como conclusión, no se evidenció relación, sin embargo, el grado moderado a alto fue predominante respecto al estrés académico con un 65.3%, así también, sobre el CA se encontraron con riesgo el 68.44%, mientras que en moderado se encontró con un 23.55% en problemas de consumo. Finalmente, en el coeficiente de correlación obtuvo un 0.88 y el valor p de .40 encontrándose por debajo de la media.

Campana (2019) ejecutó un trabajo descriptivo y diseño no experimental en Ecuador, la finalidad fue hallar la relación entre CA y desempeño académico en 300 educandos de medicina. Para recolectar los datos utilizó el AUDIT y la Escala de Inteligencia emocional (TMSS24). En sus resultados se encontró que de los estudiantes el 25% presenta algún tipo de riesgo por ingesta de alcohol, el 30% consumió por lo menos una vez por mes, siendo los varones quienes tuvieron mayor porcentaje de consumo durante el semestre. Frente a la frecuencia de consumo el 23.3% ($n = 70$) nunca consumió alcohol, el 30.7% ($n = 92$) consumió de 2 - 4 veces al mes y solo el 0.7 % ($n = 2$) consumió de 4 a más veces a la semana. Finalmente, menciona que los educandos con más estabilidad emocional manifiestan un menor riesgo en cuanto a la dependencia del alcohol.

Alonso et al. (2018) realizaron un análisis correlacional y no experimental en México, identificando la influencia en el sentido de coherencia (SC) con el CA en 227

alumnos, entre hombres y mujeres, 93 del turno mañana y 134 del turno noche, entre las edades de 18 y 20 años. Es así como emplearon la Prueba AUDIT en cuanto a la variable SC utilizaron el Cuestionario Breve de Orientación hacia la Vida (SOC- 13). Por último, encontraron que la mayor parte de las estudiantes encuestadas mujeres presentaban mayor consumo dependiente en 30.3% y 33.3%. Caso contrario los hombres reportan mayor consumo de alcohol ($r = -.197$, $p = .004$) y en el consumo dependiente ($p = -.206$, $p = .003$). Existiendo diferencias significativas entre ambas variables.

Lorenzo (2017) planteó un trabajo no experimental y correlacional en Argentina para relacionar el EA y las estrategias de afrontamiento en 401 educandos, de 18 a 35. Administró el Inventario SISCO y la Escala de Afrontamiento del EA. Respecto a los resultados, se halló relación entre el EA y la dimensión síntomas del EA y la estrategia de afrontamiento de reevaluación positiva ($r=.363$); ($p=.001$). Se encontró mayor proporción de EA en las féminas ($M = 2.97$, $D.E. = 0.63$).

Brito (2018) mediante su análisis correlacional y experimental en Ecuador, examinó las variables inteligencia emocional (IE) y CA. Utilizaron un grupo de 154 educandos siendo 107 féminas y 47 varones, encontrándose entre los 17 a 30 años de las profesiones de enfermería, psicología, laboratorio clínico, medicina y terapia física. Empleó el Inventario de Inteligencia Emocional y la prueba AUDIT. En sus resultados identificaron que en cuanto a inteligencia emocional el 56% se encuentra en niveles promedio, al igual que el 32% de la población presenta rangos bajos de inteligencia emocional, por otro lado el 86.4% no muestra algún consumo de riesgo de alcohol, el 7.8% revelan riesgo, el 5.2% muestra CA perjudicial y el 0.6% evidencia dependencia.

Antecedentes nacionales

Poma (2019) realizó un estudio correlacional y no experimental en Lima, donde relacionó el EA y el manejo del tiempo en 381 educandos de psicología, administración y contabilidad. Aplicó el Inventario Estrés Académico (SISCO) adaptado por Jabel (2017) y la Escala de Manejo del Tiempo de los autores. Los resultados evidenciaron que las variables poseen relación, así mismo el 26.8% niveles bajos, mientras que el 13.9% un nivel alto, haciendo referencia el manejo del tiempo mencionan que el 26.0% de los universitarios está en un indicador moderado y el 12.9% en un indicador alto.

Gutiérrez y Sarmiento (2019) plantearon un trabajo correlacional y no experimental en Arequipa, donde relacionaron el CA y el EA en 141 fueron mujeres y 72 hombres universitarios. Para recoger la información utilizaron el Cuestionario (AUDIT) y el Inventario SISCO. Identificaron la asociación significativa entre las variables estudiadas, siendo las mujeres quienes tienen mayor prevalencia, por otro lado, hallaron que solo la dimensión estresores tuvo una apropiada relación con el CA ($r = .137$; $p = .046$), donde la mayoría de los universitarios de este trabajo presentaron niveles de estrés moderado con un 84.4%.

Aramburú (2017) realizó un trabajo no experimental y correlacional, examinó la correlación entre sentido de vida y CA, cuya muestra fue de 346 estudiantes de los cuales 183 féminas y 163 hombres de los dos primeros años de su carrera, con edades de 18 años. Ejecutó el test de Sentido de Vida y el AUDIT. Finalmente, no se encontró relación entre las variables. También el 30.6% de los estudiantes podrían considerarse en consumo problemático de bebidas alcohólicas, así mismo los hombres presentaron niveles altos de consumo problemático a diferencia de las mujeres.

Zelada (2019) ejecutó un estudio que presentó un diseño no experimental en Chiclayo, con la finalidad de establecer la correlación entre EA y consumo de tabaco en 287 educandos de estudios superiores. Aplicó el SISCO y la Escala de Susceptibilidad al Consumo de Tabaco. Finalmente, se evidenció que existe correlación, pero, aun así, no encontraron significancias entre las estrategias de afrontamiento y síntomas con la susceptibilidad al consumo de tabaco.

Ruesta (2017) ejecutó un estudio correlacional y no experimental en Lima, en el cual relacionó el abuso de alcohol y estrés académico, utilizó a 175 educandos entre edades fluctuantes de los 16 a 24 años de los primeros ciclos de ciencias y letras. Manejó el Inventario de SISCO y el Cuestionario AUDIT. En el estudio identificaron una correlación entre ambas variables en el sexo femenino.

2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado

2.2.1. Estrés académico

García y Muñoz (s.f., citado por Rosales, 2016) refieren en cuanto a los orígenes más frecuentes del estrés académico que muchas veces se generan por medio de componentes dentro de la institución educativa y termina como resultado una situación de estrés.

Estrada et al. (2021) mencionan que es una proporción de actividades que se realizadas en la vida universitaria, representando en diversos estudiantes una gran fuente de estrés, siendo esto cansancio en el cuerpo, esto se debe a las distintas demandas que un individuo puede presentar, siendo así que no encuentra armonía entre su cuerpo y su mente, esto puede llegar a no responder las distintas situaciones que tiene a diario en su vida.

Según Lazarus y Folkman (s.f., citado por Alban,2018) refieren que el estrés es una sobrecarga en el bienestar de una persona siendo así que el entorno es un

factor importante frente al estrés. Es importante considerar los factores individuales, ya que tienen un papel importante en los procesos de estrés, siendo estas motivaciones, actitudes y las distintas experiencias que una persona presenta.

Mendiola (2010) refiere que la procrastinación es un factor que puede aumentar el estrés académico y este sería una de las consecuencias negativas, haciendo que los estudiantes no sepan organizarse en distintas situaciones, así mismo explica que el EA simboliza procesos cognoscitivos y emocionales que todo educando distingue como estresores académicos, en distintas ocasiones el estudiante relaciona a los estresores académicos como amenazantes.

Fases del estrés

Melgosa (s.f., citado por Naranjo, 2009) menciona que este fenómeno no surge de manera repentina, ya que cada individuo tiene la capacidad de darse cuenta para percibir señales frente al estrés, mediante las siguientes etapas:

- **Alarma:** Se presentan reacciones fisiológicas siendo así este un previo aviso en cuanto a la presencia de estrés, por otra parte, puede estar irritable, poca capacidad de concentración y no puede conciliar el sueño.
- **Resistencia:** El sujeto procura salir adelante haciendo frente a la circunstancia, sin embargo, se da cuenta de una barrera por no hallar la forma de cómo superarlo, pero a la vez busca la manera, sin lograr encontrarla, generándose un círculo vicioso.
- **Agotamiento:** El individuo presenta ansiedad y depresión, siendo así que no encuentra una motivación para salir de la situación en la que se encuentra frente al estrés.

Clasificación de estrés

Asimismo, la Asociación Americana de Psicología (APA, 2010) explica la

siguiente tipología:

- **Agudo:** Se manifiesta cuando la persona presenta exigencias y presiones, tanto de hechos pasados como de hechos que puede ocurrir en un futuro, es de corto plazo y muy común en las personas, ya que muchos lo presentan de acuerdo con las actividades que realizan.
- **Agudo episódico:** Se manifiesta ya que la persona asume responsabilidades que luego no pueden ser cumplidas, las personas con este estrés tienden a pensar que ocurrirá una catástrofe en cada situación que realizarán, siendo así muy resistentes al cambio; los dolores de cabeza, la agitación, dolores en el pecho, son algunos de los síntomas que presenta la persona con estrés agudo episódico, el cual solicita una intervención profesional.
- **Crónico:** El estrés crónico puede ser el causante de muchas muertes, debido a que muchas personas suelen ignorarlo y, en ocasiones, no saben que lo presentan.

Tipos de estrés

En base al contexto puede ser:

- **Estrés laboral**

Schaufeli (s.f., citado por Rosales, 2016) refiere que el estrés laboral se inicia cuando la persona pierde la motivación al trabajo, se hace rutinario y de costumbre, estas personas pierden el entusiasmo, también se debe a las exigencias e imposiciones y presiones laborales.

- **Estrés familiar**

Hill (s.f., citado por Gonzales y Lorenzo, 2012) refiere que el estrés familiar es un estado que nace por algún desequilibrio entre algunas demandas que surgen y la capacidad que se tiene para hacerles frente.

- Estrés académico

Caldera et al. (2007) refieren que se genera en cuanto a las sobrecargas que requiere el lugar de estudios. También, perturba tanto a los estudiantes como a los docentes, ocasionando problemas de ansiedad. Por lo contrario, solo se centraron en los estudiantes universitarios.

Síntomas

Barraza (2006) alude que el estrés muestra la siguiente sintomatología:

- Síntomas físicos: los estudiantes presentan sudoración, cefaleas, trastorno de sueño, somnolencia, cansancio y molestias.
- Síntomas psicológicos: presentan ansiedad, miedo, angustia, incapacidad para concentrarse, depresión, estado de ánimo negativo, irritabilidad y la percepción de estar con la mente en blanco.
- Síntomas comportamentales: los alumnos presentan dificultad en las relaciones interpersonales, movimientos nerviosos, aumento o reducción de apetito, desgano y agresividad.

Causas

En tanto Barraza (2007) menciona algunos estresores académicos:

- Poco tiempo para desarrollar los trabajos académicos.
- Exceso académico, de actividades.
- Excesiva responsabilidad por terminar con los deberes estudiantiles.
- Los constantes trabajos que solicitan los docentes.
- Las evaluaciones de los docentes.

Consecuencias

Naranjo (2009) refiere que las consecuencias de un alto nivel de estrés académico son: la incapacidad para poder adaptarse a nuevas situaciones, la tristeza,

la frustración, depresión e ira. Estas consecuencias pueden afectar a los estudiantes en cuanto a su vida académica, más aún si no saben cómo afrontarlo.

Maceo (2013) menciona que los principales efectos negativos del estrés académico son; inatención, tristeza, poca actividad física, descuido personal, bajo rendimiento escolar, desgano al realizar las tareas habituales y nerviosismo.

Martin (2007) señala que las consecuencias de un alto nivel de estrés académico son:

- Vulnerabilidad del organismo ante distintas enfermedades.
- Deterioro del estado de salud.
- Se distraen con facilidad.
- Nerviosismo al momento de las evaluaciones.
- Desajustes en la salud.
- Deterioro emocional.

También menciona que la principal consecuencia se da en cuanto a la salud de la persona ya que el estrés académico puede generar distintas enfermedades cuando el estudiante no tiene el conocimiento necesario para afrontarlo.

Modelo sistémico cognoscitivista

Este constructo va desarrollándose de forma sistémica que se adapta de manera muy fácil y es principalmente psicológica (Barraza, 2006), esto se presenta en 3 distintas situaciones:

- Primero: el universitario se ve enfrentado a distintas demandas que percibe como estresores.
- Segundo: se evidencia en el estudiante diversas maneras de inestabilidad debido a un conjunto de síntomas que presenta.
- Tercero: el alumno debe ejecutar acciones de afrontamiento y así pueda

recuperar su equilibrio o estabilidad personal.

Asimismo, Barraza (2006) refiere que, este modelo abarca el proceso de relación entre el sistema y el contexto. Las demandas o exigencias que presenta una persona en su entorno se convierten en fuentes estresores (que pueden ser incontrolables), que puede tener una consecuencia negativa. Los síntomas de estrés que una persona presenta son respuestas fisiológicas, comportamentales y mentales que demuestran el desequilibrio sistémico en el individuo a causa del estrés. Ante los desequilibrios que este produce, el sujeto se propone estrategias de afrontamiento para recuperar y poder encontrar su estabilidad.

Proponiendo las siguientes:

- Elogios a sí mismo
- Habilidad asertiva
- Distracciones evasivas
- Tomar una situación con sentido del humor

2.2.2 Consumo de alcohol (CA)

Definición.

El CA normalmente lo ejecuta un bebedor habitual. De tal manera, se puede llamar consumo de alcohol únicamente a la ingesta actual, más no a ingestas pasadas o futuras (Pons y Berjano, 1999).

Solís et al. (2003) asocian la definición de consumo de alcohol o alguna otra sustancia psicoactiva con resolver problemas que una persona presenta en distintas situaciones, indicando que las personas suelen olvidar los problemas que presentan en su día a día o también el tranquilizar las emociones negativas, sin embargo, estos autores recalcan que estos problemas que querían solucionar mediante el consumo

de alcohol pueden llegar a convertirse en un problema más grande o puede conllevar a tener nuevos problemas.

La OPS (2008) menciona que esta ingesta aumenta el riesgo de diversos problemas, ya sea; familiares, matrimoniales, en el trabajo, deterioro en las relaciones interpersonales, es así como también se puede evidenciar violencia o delitos. Añaden también que mientras más alcohol se consuma, mayor será el riesgo de tener estos problemas.

Patrones de consumo de alcohol.

Existen patrones de conducta que propone la OPS (2008), siendo:

- Consumo de riesgo: este patrón agranda el riesgo de las consecuencias que puede tener una persona que consume alcohol, siendo desfavorables para nuestra salud, si el hábito de uso persiste durante el tiempo. Dentro de este patrón la OMS describe como consumo regular.
- El consumo perjudicial: en este patrón las consecuencias son de manera física y para la salud mental de un individuo, siendo así que la OMS lo describe como consumo regular promedio.
- Consumo excesivo episódico o circunstancial: aquí incluye el consumo por parte de una persona adulta, este patrón también llamado como “binge drinking”.
- La dependencia de alcohol: aquí la interpone como prioridad el uso de alcohol, dejando de lado sus otras actividades que en algún momento era importante y con más valor para el individuo

Consecuencias del consumo de alcohol.

La OMS (s.f., citado por Munive, 2019) menciona que las consecuencias que se evidencia en el consumo de alcohol son las diversas enfermedades y los distintos problemas sociales, también mencionan que como causas importantes algunos tipos

de cáncer. Mencionando así que las enfermedades más recientes del consumo de alcohol son la tuberculosis (TBC).

Téllez y Cote (s.f., citado por Saavedra y Veliz, 2015) mencionan que el alcohol aumenta los ácidos grasos y los triglicéridos, creando una hiperlipidemia que tiene como consecuencia el progreso de hígado graso, característico de una persona con consumo crónico.

El CA se ha elevado durante los años, muchos estudios confirman que ahora un mayor porcentaje de mujeres son las que más consumen alcohol, así mismo, muchos adolescentes también han incrementado en un alto porcentaje el consumo de alcohol y esto se debe muchas veces a la disponibilidad de ventas deliberadas de alcohol a menores de edad.

Consumo de alcohol en universitarios.

Castillo (2015) refiere que este consumo se evidencia un alto porcentaje, este estudio indica que la gran parte de los universitarios han bebido alcohol y es así como continúan consumiendo en la actualidad, la bebida alcohólica consumida con más frecuencia es la cerveza.

Teorías.

Leal (s.f., citado por Gonzales, 2019) mencionan tres teorías de consumo de alcohol

Teorías psicobiológicas.

Esta teoría menciona que existe cierta perturbación genética, ya que la persona conduce a una situación de deficiencia, de esta manera, inicia la ingesta frecuente de alcohol por una causa genética. Es por eso, que afecta a los organismos de nuestro cuerpo.

Teorías psicológicas.

Refiere que es de suma importancia enfocarse en la personalidad, debido a que conforme con el tipo de personalidad que tiene una persona, esta presenta un riesgo mayor de alcoholismo, como, por ejemplo: impulsivos, hiperactividad, depresión, baja autoestima, búsqueda de sensaciones, todos ellas pueden producir la posibilidad de una ingesta de manera permanente.

Teoría biopsicosocial.

Este es un modelo teórico que evidencia el inicio el comportamiento de CA, se deben considerar los factores físicos y psicológicos de una persona. Por último, los factores biológicos, sociales y los personales deben estar compuestos para entender de mejor manera este problema que tienen las personas de todas las edades.

Modelos explicativos.

Teoría de las expectativas.

En esta teoría el uso, abuso y la abstinencia de alcohol pueden ser por expectativas ya sean positivas o negativas dependiendo de sus efectos. En cuanto a las expectativas positivas se encuentra que la persona es de fácil sociabilización, y su estado de ánimo se eleva, pero esto también se debe a la dosis de alcohol que la persona haya bebido. En cuanto a la diferencia de sexos, las mujeres tienden a tener expectativas predominantes negativas, mientras que los hombres expectativas positivas (Brown et al., s.f., citado por Diaz et al., 2015).

Modelo de aprendizaje social.

Este modelo mantiene que el abuso de alcohol que un individuo presenta es en función a una imitación, la percepción de niveles altos de uso entre sus familiares, así también las actitudes y expectativas favorables que puede observar en cuanto al consumo de alcohol, también actúa como parte de la imitación o intermediario de

variables tales como, sexo, estructura familiar y edad (Ennett et al, s.f., citado por Diaz et al., 2015).

Teoría de la conducta planificada.

Este modelo revela el uso o abuso de alcohol en las personas como finalidad de un propósito conductual concluyente, por la actitud positiva de la persona que pueden ser las creencias en cuanto al consumo de alcohol, la norma subjetiva y control o capacidad que la persona tiene para hacer uso o no de bebidas alcohólicas. También es importante mencionar que la relación con los pares y la tolerancia de consumo de alcohol que estas dan es un punto importante en cuanto al consumo de alcohol (Ajzen et al.,s.f., citado por Diaz et al., 2015).

2.3. Definición conceptual de la terminología empleada

Estrés académico.

Barraza (2006) nos menciona en cuanto al estrés académico presenta un desarrollo de manera adaptativa y psicológica manifestándose frente al estudiante o universitario que se ve expuesto a presión de diversos estímulos estresores, tanto en el ámbito de estudios como en su entorno provocando un desequilibrio que puede llegar a manifestar diversos síntomas.

Consumo de alcohol.

La OPS (2008) explica que es definido por la cantidad que una persona puede ingerir en cuanto a gramos, de la misma manera, por el contenido que este tiene de alcohol que tienen las variedades de bebidas, esto se diferencia de acuerdo con cada país.

CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1. Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación

Fue correlacional porque se buscó la asociación entre dos variables, es decir, estrés académico y consumo de alcohol (Hernández et al., 2014).

Diseño de investigación

Además, el estudio consta de un diseño no experimental, dado que no se manipularon las variables. Asimismo, se llevó a cabo en un tiempo estimado (Hernández et al., 2014).

3.2. Población y muestra

La población se constituyó por 1471 educandos de primer al décimo primer ciclo de Psicología, de ambos sexos y conformaron la muestra 250 estudiantes del primer al décimo primer ciclo.

El muestreo optado fue el no probabilístico intencional, puesto que cada uno de los integrantes del universo tuvieron las posibilidades de ser elegidos para integrar la muestra.

Criterios de inclusión

- Ser estudiante de la UA.
- Estar matriculado en el semestre 2021-I.
- Cursar un ciclo de estudio, del primer al décimo primero.
- Aceptar el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Estudiar en otra institución superior.
- Ser egresado de la universidad.

3.3. Hipótesis

Hipótesis general

Hi: Existe una relación estadísticamente significativa entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Sur.

Hipótesis específicas

H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre las dimensiones de estrés académico y las dimensiones de consumo de alcohol en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada Lima Sur.

3.4. Variables – Operacionalización

Variables de estudio

Definición conceptual.

Barraza (2006) refiere en cuanto al estrés académico es parte del desarrollo de carácter psicológico, de la misma manera, también es funcional que se manifieste cuando un universitario se ve expuesto a diversos estímulos estresores, tanto en el ámbito de estudios como en su entorno provocando un desequilibrio que puede llegar a manifestar diversos síntomas.

Definición operacional.

El puntaje alcanzado por los estudiantes evaluados en cuanto a la aplicación del Inventario SISCO de Barraza (2006) en su adaptación por Jabel (2017).

Tabla 1*Operacionalización de la variable estrés académico*

Variable	Dimensiones	Ítems	Categoría	Escala de medición
Estrés Académico	Respuestas psicológicas	16,15,19,20,18,17,21	Muy Bajo (0 – 60)	Ordinal
	Respuestas corporales	12,10,13,11,9,14	Bajo (61-74)	
	Estilos de afrontamiento	24,25,28,26,23	Promedio (75-86)	
	Causantes de estrés	4,2,5,6,1,8	Alto (87-98)	
	Estresores del aula	7,3	Muy Alto (99-140)	
	Afrontamiento comunicativo	27,29		

Definición conceptual.

La OPS (2008) explica que el consumo de alcohol es definido por la dosis que una persona puede ingerir, de la misma manera, por el tipo de alcohol que tienen las diversas bebidas, esto se diferencia de acuerdo con cada país.

Definición operacional.

Los puntajes obtenidos por los estudiantes evaluados mediante el manejo del Cuestionario de Identificación de Trastornos Debidos al Consumo de Alcohol (1993) adaptado por Pozo (2018).

Tabla 2*Operacionalización de la variable consumo de alcohol*

Variable	Dimensiones	Ítems	Indicadores	Categoría	Escala de medición
Consumo de alcohol	Consumo riesgo de alcohol	1,2,3	Frecuencia de consumo	Menos de 7 puntos: Consumo de Riesgo	Ordinal
			Cantidad		
	Síntomas de dependencia	4,5,6	Descontrol	De 7 a 15 puntos: Dependencia	
			Mayor importancia de la ingesta		
Consumo perjudicial de alcohol	7,8,9,10	Consumo matutino	Más de 15 puntos: Consumo perjudicial		
		Culpabilidad			
			Lagunas mentales		
			Lesiones		
			Preocupación		

3.5. Métodos y técnicas de investigación

Se aplicaron el Inventario SISCO adaptado por Jabel (2017) y el Cuestionario AUDIT adaptado por Pozo (2018). Es así, como se presenta la descripción de cada uno de estos.

3.5.1. Inventario de Estrés Académico SISCO

Para la investigación el instrumento de recolección de datos utilizado fue el Inventario SISCO que fue desarrollado por Barraza (2006) cuya adaptación la llevó a cabo Jabel (2017). La finalidad es reconocer y hallar los síntomas del EA en universitarios. Barraza halló una confiabilidad adecuada en universitarios de México, donde el alfa de Cronbach dio como resultado superior a .70. Jabel (2017) en Lima

Sur, modifica el modelo factorial, quedando con seis dimensiones. Es así, que consta de 28 ítems y 2 ítems de filtro dicotómico, presenta 6 dimensiones que son; respuestas corporales, respuestas psicológicas, estilos de afrontamiento, causantes de estrés, estresores del aula y afrontamiento comunicativo. El instrumento está dirigido a una población de estudiantes universitarios y es aplicado en el ámbito superior. Los ítems fueron contruidos según la escala Likert de cinco alternativas, las cuales se valoran de 1 (nunca) a 5 (siempre), la aplicación es de manera conjunta con 15 minutos de duración. Por otro lado, en el estudio realizado por Jabel (2017) el coeficiente alfa de Cronbach se presenta una significativa en sus ítems de .842. En la validez se halló un coeficiente de Aiken mayor a .80, es así como los ítems son válidos. En la correlación realizada entre ítem-test se encuentra un .257, es así como se muestra que el inventario presenta una homogeneidad adecuada.

Validez de piloto.

Se comprobó la validez de la estructura interna del SISCO mediante el análisis factorial exploratorio, los resultados expuestos en cuanto al *KMO* y Bartlett en un conjunto piloto de 61 universitarios de psicología, donde se evidencia un resultado de *KMO* = .729, indicando un adecuado nivel, y el test de esfericidad de Bartlett ($X^2 = 960.883$, *gl* = 378), con una significancia ($p = .001$), indicando que la muestra estudiada es apropiada.

Tabla 3*Matriz de estructura factorial de la Escala de Estrés Académico SISCO*

Ítems	Componente					
	1	2	3	4	5	6
EA5	.779					
EA8	.766					
EA6	.756					
EA2	.712					
EA4	.691					
EA23	.500					
EA12	.491					
EA14	.487					
EA15	.433					
EA20		.807				
EA19		.763				
EA16		.526				
EA11		.508				
EA9		.496				
EA17		.462				
EA7			.839			
EA3			.701			
EA13			.636			
EA29			.575			
EA21			.529			
EA24				.834		
EA28				.770		
EA27				.646		
EA10					.710	
EA25					.598	
EA1			.385			

Tabla 3*Matriz de estructura factorial de la Escala de Estrés Académico SISCO (Continuación)*

Ítems	Componente					
	1	2	3	4	5	6
EA26				.255		
EA18						.577
Autovalor	8.578	2.786	2.327	1.882	1.458	1.352
% V.E.	30.637	9.950	8.310	6.722	5.206	4.827
% V.E. A	30.637	40.587	48.897	55.619	60.825	65.652

En la tabla 3, se evidencia la extracción de 6 factores, se explica en un 65.65% (VEA), los 6 factores son mayores a 1, optando por los 3 factores. Además, la mayoría de los reactivos mostraron cargas factoriales que pasan el .30. Por ello, se garantiza la presencia de validez.

Confiabilidad.

Tabla 4*Estadísticos de confiabilidad de la Escala de Estrés Académico SISCO*

Variable	Ítems	Alfa (IC95%)
Respuestas psicológicas	7	.839
Respuestas corporales	6	.746
Estilos de afrontamiento	5	.741
Causantes de estrés	6	.843
Estresores del aula	2	.767
Afrontamiento comunicativo	2	.768
Escala Total	28	.909

En la tabla 4 observamos, los valores del alfa de Cronbach desde .74 a .90 para todas las dimensiones y el puntaje total. Las dimensiones de Respuestas psicológicas y causantes de estrés tuvieron un .83 y .84 respectivamente. La escala de versión global (28 ítems) muestra un alfa de Cronbach superior a .80.

3.5.2. Cuestionario de Identificación de Trastornos Debidos al Consumo de Alcohol AUDIT

También se utilizó el Cuestionario AUDIT, desarrollado por Saunders et al. (1993) y fue adaptado por Pozo (2018). Los autores originales obtuvieron una validez adecuada con puntuación mayor a .90, en cuanto a la confiabilidad hallaron una consistencia interna de .860. Este cuestionario tiene como método el screening del CA. Presenta 10 ítems sobre el reciente consumo, síntomas y problemas relacionados CA mediante 3 dimensiones. La puntuación igual o >1 en el ítem 2 o el ítem 3 refieren CA en riesgo. Asimismo, un puntaje <0 en los ítems 4-6 indica inicio de dependencia. Finalmente, los puntos alcanzados en los ítems 7-10 hace referencia a daños relacionados con el alcohol.

Por otro lado, Pozo (2018) estudió las propiedades psicométricas en universitarios de Los Olivos, siendo así los resultados, en cuanto al alfa de Cronbach obtuvo resultado de .836 y .802, en los criterios de pertinencia, obtuvieron valores ($p < .05$) lo que demuestra del acuerdo sobre la validez por contenido del Cuestionario.

Validez de piloto.

Los resultados de la técnica del análisis factorial del *KMO* y Bartlett para el Cuestionario adaptado por Pozo (2018), en un conjunto de 61 estudiantes de psicología, donde se obtuvo un *KMO* de .874, siendo esto un adecuado nivel, y el test de esfericidad de Bartlett ($X^2= 670.239$, $gl =45$) en un nivel significativo ($p= .001$), siendo una validez adecuada.

Tabla 5*Matriz de estructura factorial del Cuestionario AUDIT*

Ítems	Componente		
	1	2	3
CA9	.904		
CA8	.836		
CA10	.827		
CA7	.695		
CA4		.785	
CA1		.769	
CA5		.752	
CA6		.723	
CA2			.932
CA3			.613
Autovalor	69.95	1.190	.602
%V.E	69.949	11.904	6.018
%V.E.A	69.949	81.853	87.870

Se explica en la tabla 5, la extracción de 3 factores en 87.7% (VEA), solo 1 factor presentó autovalor mayor a 1 y solo 1 factor presenta menor a 1, optando por mantener la cantidad de dimensiones. Además, los ítems arrojaron puntuaciones $>.30$ por cada dimensión. Garantizando la validez de constructo.

Confiabilidad.

Tabla 6*Estadístico de confiabilidad del Cuestionario AUDIT*

Variable	Ítems	Alfa (IC95%)
Consumo de riesgo de alcohol	3	.836
Síntomas de dependencia	3	.964
Consumo perjudicial de alcohol	4	.933
Escala total	10	.946

Como se observa en la tabla 6, los puntajes del alfa de Cronbach varían entre .83 y .96 para los factores de la prueba. La escala de versión global (10 ítems) obtuvo un alfa de Cronbach superior a .80.

3.6. Procesamiento de los datos

Para la recogida de datos se trasladó los cuestionarios empleando la herramienta de Google Forms, una vez realizado este procedimiento, se enviaron por el e-mail institucional la invitación o mediante la aplicación WhatsApp, para que puedan contestar el formulario. Los instrumentos fueron enviados junto con el anexo de consentimiento informado para la publicación de los presentes datos, guardando así la confidencialidad de los colaboradores para este estudio.

Recolectada la información en el programa Excel. Inmediatamente, se desplazó esta información al software IBM SPSS (versión 26) para obtener los datos estadísticos de la investigación, donde se evaluaron las frecuencias y porcentajes, así también, la media, mediana, desviación estándar y asimetría. Luego, se realizó la prueba de normalidad Kolmogorov Smirnov (*K-S*), para poder comprobar si se utilizaran pruebas paramétricas o no paramétricas, en este caso se utilizó la correlación de Spearman.

CAPÍTULO IV
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN
DE DATOS

4.1. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable

Tabla 7

Frecuencias y porcentajes de los niveles del estrés académico

Dimensiones	Nivel	<i>f</i>	%
Respuestas psicológicas	MB	55	22.0
	B	63	25.2
	P	115	46.0
	A	12	4.8
	MA	5	2.0
Respuestas corporales	MB	46	18.4
	B	23	9.2
	P	152	60.8
	A	18	7.2
	MA	11	4.4
Estilos de afrontamiento	MB	8	3.2
	B	7	2.8
	P	90	36.0
	A	85	34.0
	MA	60	24.0
Causantes de estrés	B	12	4.8
	P	19	7.6
	A	22	8.8
	M	197	78.8
Estresores del aula	MB	250	100.0
Afrontamiento comunicativo	MB	222	88.8
	B	28	11.2
Estrés académico	MB	24	9.6
	B	28	11.2
	P	139	55.6
	A	39	15.6
	MA	20	8.0

Nota. *f*= frecuencia; %= porcentaje; MB= muy bajo; B= bajo; P= promedio; A= alto; MA= muy alto

En la tabla 7, se aprecian los niveles del estrés académico. Donde, la dimensión respuestas psicológicas consta de mayores participantes en el nivel promedio que hacen un total de 46%, en respuestas corporales la más alta frecuencia la presenta el nivel promedio que hacen un total de 60.8%, en estilos de afrontamiento

la más alta frecuencia la presenta el nivel promedio que hace un total de 36%, en causantes de estrés la más alta frecuencia la presenta el nivel muy alto que hace un total de 78.8%, en estresores del aula la frecuencia más alta se encuentra en el nivel muy bajo que hace un total de 100% y en afrontamiento comunicativo la más alta frecuencia la presenta el nivel muy bajo que hace un total de 88.8% , por último, en el total de la variable la frecuencia más alta se presenta en el nivel promedio con un total de 55.6%.

Tabla 8

Frecuencias y porcentajes de los niveles del CA

Dimensiones	Nivel	<i>f</i>	%
Consumo de riesgo de alcohol	B	183	73.2
	P	46	18.4
	A	21	8.4
Síntomas de dependencia	B	196	78.4
	P	5	2.0
	A	49	19.6
Consumo perjudicial de alcohol	B	174	69.6
	P	50	20.0
	A	26	10.4
Consumo de alcohol	B	175	70.0
	P	34	13.6
	A	41	16.4

Nota. *fr*=frecuencia, % = porcentaje, *MB*= muy bajo; *B*= bajo; *P*= promedio; *A*= alto; *MA*= muy alto

Por otro lado, en la tabla 8 observamos los niveles del consumo de alcohol. La dimensión consumo riesgo de alcohol posee mayor número de encuestados en el nivel bajo que hacen un total de 73.2%, en síntomas de dependencia la más alta frecuencia es el nivel bajo que hace un total de 78.4%, en la última dimensión consumo perjudicial de alcohol la más alta frecuencia la presenta el nivel bajo que

hacen un total de 69.6%, por último, en el CA total la cantidad predominante la obtuvo el nivel medio al 70%.

4.2. Contrastación de hipótesis

Tabla 9

Prueba de normalidad de la variable estrés académico y sus dimensiones

Variable/ Dimensiones	Kolmogorov-Smirnov		
	<i>Estadístico</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Respuestas psicológicas	.065	250	.012
Respuestas corporales	.064	250	.015
Estilos de afrontamiento	.099	250	.001
Causantes de estrés	.078	250	.001
Estresores del aula	.120	250	.001
Afrontamiento comunicativo	.106	250	.001
Estrés académico	.065	250	.012

Nota. gl =grado de libertad; p =significancia

Como se aprecia en la tabla 9, muestra los puntajes obtenidos de la prueba de normalidad del estrés académico y sus respectivas dimensiones correspondientes a la prueba de Kolmogorov – Smirnov, donde se arrojó ($p < .05$) por lo que se optó por utilizar estadísticos no paramétricos como la prueba de Spearman.

Tabla 10*Prueba de normalidad de la variable consumo de alcohol y sus dimensiones*

Variable / Dimensiones	Kolmogorov-Smirnov		
	<i>Estadístico</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Consumo de riesgo de alcohol	.57	250	.001
Síntomas de dependencia	.327	250	.001
Consumo perjudicial de alcohol	.313	250	.001
Consumo de alcohol	.202	250	.001

Nota. *gl* =grado de libertad; *p* =significancia

En la tabla 10, observamos los resultados correspondientes de la prueba Kolmogorov – Smirnov de la distribución muestral del consumo de alcohol y sus dimensiones, evidencian que el nivel de significancia es menor a .05, por lo que se recomienda el uso de estadísticos no paramétricos.

Tabla 11*Análisis estadístico de la correlación entre las dimensiones de la variable estrés académico y consumo de alcohol*

Dimensiones	Consumo de riesgo de alcohol			Síntomas de dependencia			Consumo perjudicial de alcohol		
	<i>r_s</i>	<i>p</i>	[IC95%]	<i>r_s</i>	<i>p</i>	[IC95%]	<i>r_s</i>	<i>p</i>	[IC95%]
Respuestas psicológicas	.146	.021	[.022-.419]	.146	.021	[.022-.419]	.173	.006	[.050-.451]
Respuestas corporales	.197	.002	[.075-.477]	.184	.004	[.061-.463]	.229	.000	[.108-.511]
Estilos de afrontamiento	.014	.830	[-.110-.242]	-.155	.014	[-.274-.065]	-.108	.087	[-.229-.032]
Causantes de estrés	.033	.604	[-.091-.271]	.078	.218	[-.047-.333]	.069	.275	[-.056-.321]

Tabla 11

Análisis estadístico de la correlación las dimensiones de la variable estrés académico y consumo de alcohol (Continuación)

Dimensiones	Consumo de riesgo de alcohol			Síntomas de dependencia			Consumo perjudicial de alcohol		
	r_s	p	[IC95%]	r_s	p	[IC95%]	r_s	p	[IC95%]
Estresores del aula	.067	.291	[.058-.319]	.105	.099	[-.019-.369]	.048	.454	[-.077-.292]
Afrontamiento comunicativo	.033	.607	[.091-.271]	-.123	.052	[-.243-.002]	-.137	.052	[-.257-.027]

Nota. r_s = correlación de Spearman; p = significancia

En la tabla 11, se presenta la correlación entre todas las dimensiones de consumo de alcohol y las dimensiones de respuestas psicológicas y respuestas corporales de la variable estrés académico, y solo existe una relación estadísticamente significativa ($p < .05$), entre la dimensión de síntomas de dependencia y estilos de afrontamiento, encontrándose en todas estas relaciones positivas muy débiles, no se encontró una relación significativa ($p > .05$) entre las demás dimensiones.

Tabla 12

Análisis estadístico de la correlación de la variable estrés académico y la variable consumo de alcohol

Variables	Consumo de Alcohol			
	r_s	[IC95%]	TE	p
Estrés Académico	.127	[.003 - .396]	.016	.045

Nota. r_s = correlación de Spearman; p = significancia; TE = tamaño de efecto

En la tabla 12, en lo que respecta a los resultados encontrados con el coeficiente de correlación de Spearman el EA y CA ($r_s = .127$) indicando una relación positiva muy débil.

CAPÍTULO V
DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y
RECOMENDACIONES

5.1. Discusiones

Mediante el objetivo general se determinó la relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol, en 250 educandos de primer a décimo primer ciclo, de ambos sexos.

La variable estrés académico, hace referencia, al desarrollo de carácter psicológico que se manifiesta cuando el evaluado se percibe expuesto a distintos estímulos estresores (Barraza, 2006), también el CA es definido como la manera de resolver problemas que una persona presenta en alguna situación y así suele olvidar o tranquilizar sus emociones Solís et al. (2003) por lo que según las premisas, los resultados alcanzados en este estudio evidencian la correlación estadísticamente positiva muy débil $p < .05$ entre ambas variables, lo cual coincide con Gutiérrez y Sarmiento (2019) quienes encontraron relación entre ambas variables $p < .05$. Estas coincidencias pueden corresponder a que al momento de aplicar los cuestionarios nos encontrábamos la coyuntura pandémica, sucesos que en algunos casos los estudiantes se han sentido más estresados por las clases y el cambio de modalidad de estudios, pasando a tener clases de manera presencial a tener clases virtuales, es así como los estudiantes pueden manifestar mayor tendencia al consumo de alcohol para sentir una mayor relajación o baja preocupación cuando se encuentren bajo distintos estímulos estresores.

Es así como existe la predisposición de que la población evaluada manifieste una probabilidad al CA frente a situaciones estresantes, esto también se puede deber a problemas psicosociales como el estrés en el trabajo, la poca atención médica frente al contexto que estamos viviendo, problemas familiares o de pareja.

Referente al EA, el 55.6% evidencian un nivel promedio y el 11.2 % bajo, esto quiere decir que la mayor parte de los encuestados indicadores de EA, lo cual también

coincide con Poma (2019), donde un 39.9% de los universitarios manifiestan niveles moderados de EA, cabe recalcar que la semejanza del antecedente, el contexto actual de la pandemia a nivel mundial en la que nos encontramos actualmente, ha incrementado estos niveles, por la nueva modalidad de estudios, siendo así que ya no solo es nuestro trabajo que se debe realizar en casa, sino también los estudios, las distintas asignaturas y añadiendo a los horarios de estos, a eso se suma los problemas personales, o el temor al contagio y la medida de confinamiento, todas estas circunstancias generan un desequilibrio sistémico.

Barraza (2006) menciona que los estudiantes con estrés académico perciben sobrepasadas sus capacidades, no pudiendo generar estrategias de afrontamiento adecuadas.

Respecto al consumo de alcohol, el 70% presenta bajo nivel y un 16.4% nivel alto. En este sentido, Diaz et al. (2015) mencionan en su teoría de la conducta planificada que el uso o abuso de alcohol está relacionado en cuanto a las creencias que puede tener la persona, quiere decir que tiene la capacidad y el control para hacer uso de ella. Así mismo, mencionan que influye la relación con los pares y la capacidad de tolerancia que posee cada persona, los resultados hallados mostraron que los niveles de consumo fueron bajos, debido a que los estudiantes universitarios no tuvieron sociabilización con su grupo de pares por el confinamiento que se ha vivido, es así como no han tenido fácil acceso a la ingesta de bebidas alcohólicas y es así como el porcentaje dio como resultado niveles bajos.

Finalmente, en cuanto a la correlación de las dimensiones como resultados se obtuvo una correlación estadísticamente significativa ($p < .05$) entre todas las dimensiones de consumo de alcohol. Además, también se demostró una relación estadísticamente significativa ($p < .05$) en las dimensiones síntomas de dependencia y

estilo de afrontamiento. Tomando en cuenta a Barraza (2006) con su modelo sistémico cognoscitivista, indica que el estrés es principalmente psicológico y estos se da de acuerdo con los estresores que presenta, las estrategias de afrontamiento que debe evidenciar y, por último, los síntomas. Es así como la valoración cognitiva da sentido a las demandas que presenta o se ve expuesta una persona frente a un hecho estresante.

En cuanto a las respuestas corporales menciona que el desequilibrio que presenta el estrés académico también se puede evidenciar con el cuerpo y en este caso se evidencia que esta dimensión tuvo correlación, esto se puede deber a que los alumnos en situaciones estresantes suelen tener algún tipo de fatiga, dolores de cabeza y esto causa también un desequilibrio en el estudiante. Así mismo, los síntomas de dependencia pueden verse disminuidos o aumentados en relación con las diversas estrategias de afrontamiento que el individuo utiliza, si estas son efectivas, por lo tanto, los reforzadores del consumo se verán debilitados, ocasionando a su vez un desmedro en la dependencia y, por ende, en sus síntomas.

La pandemia ha afectado a todas las personas a nivel mundial, la situación actual ha producido estrés en muchas personas, ya que es un estado psicológico. Hemos tenido que adaptarnos a la nueva modalidad, ya sea en el trabajo o en los estudios, evidenciando un desequilibrio personal, lo que a su vez generaría la predisposición al consumo de riesgo, consumo perjudicial de alcohol o una dependencia.

5.2. Conclusiones

1. Existe relación estadística significativa positiva muy débil ($p < .05$) entre las variables de estudio.

2. Se encontró un nivel promedio de EA al 55.6%, el cual fue predominante en los encuestados.
3. El 70% de los educandos presentan un nivel bajo de CA, esto quiere decir que, los estudiantes al presentar estrés académico no necesariamente hacen uso de alcohol.
4. Existe una relación estadísticamente significativa ($p < .05$) entre todas las dimensiones de consumo de alcohol y con las dimensiones de respuestas psicológicas, respuestas corporales y la dimensión estilos de afrontamiento de la variable EA.

5.3. Recomendaciones

1. Realizar un estudio post pandemia, utilizando ambas variables, con el propósito de contrastar sus resultados y determinar si estos prevalecen en el tiempo.
2. Ampliar el tamaño de la muestra en posteriores investigaciones, para lograr resultados que puedan ser más generalizables.
3. Realizar un estudio similar donde se considere otras carreras profesionales, para así poder comparar resultados con la finalidad de evidenciar que, las competencias adquiridas en la carrera de psicología pueden ser factores protectores ante variables como el CA y EA.

REFERENCIAS

- American Psychological Association. (2010). *Los distintos tipos de estrés*. APA.
<https://www.apa.org/topics/stress/tipos>
- Alban, J. (2018). *Autoestima y estrés académico en estudiantes de una universidad de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/560>
- Alonso, M., Un, L., Armendáriz, N., Navarro, E. y López, M. (2018). Sentido de coherencia y consumo de alcohol en jóvenes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 26(75), 66-72.
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/674/67457300008/html/index.html>
- Aramburú, R. (2017). *Sentido de vida y consumo problemático de alcohol en alumnos de Universidades Privadas de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad de Lima]. Repositorio de la Universidad de Lima.
<https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/4762>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 111-127.
https://www.researchgate.net/publication/228457746_Un_modelo_conceptual_para_el_estudio_del_estres_academico.
- Barraza, A. (2007). Estrés académico: Un estado de la cuestión. *Revista Psicológica Científica*, 9(2), 100-103. <https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-2/>
- Brito, E. (2018). *Inteligencia emocional y consumo de alcohol en estudiantes universitarios* [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Abanto]. Repositorio de la Universidad Técnica de Abanto.
https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/27348/2/Tesis_inteligencia

emocional y consumo de alcohol.pdf

- Caldera, J., Pulido, B. y Martínez, G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de psicología del centro universitario de los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 1(8), 77-82. http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.pdf
- Campana, C. (2019). *Identificación del consumo de alcohol y su relación con el rendimiento académico y apoyo familiar en los estudiantes de la facultad de medicina de primero a cuarto semestre de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, durante el periodo de septiembre 2018 a enero 2019* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador. <http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/16478>
- Castillo, I. (2015). *Estrés académico y consumo de alcohol en estudiantes de enfermería de Cartagena* [Tesis de pregrado, Universidad de Cartagena]. Repositorio de la Universidad de Cartagena. <https://repositorio.unicartagena.edu.co/handle/11227/2653>
- Comisión Nacional para el Desarrollo de Vida sin Drogas. (2013). *Situación y Tendencias del Problema de las Drogas en el Perú*. DEVIDA. https://www.devida.gob.pe/documents/20182/97343/Situaci%c3%b3n-y-tendencias-del-problema-de-las-drogas-en-el-Per%c3%ba_-Informe2013.pdf/ec689c59-5b01-4f06-a61c-836e5611460e
- Díaz, D., Arellanez, J., Rodríguez, S. y Fernández, C. (2015). Comparación de tres modelos de riesgo de Uso Nocivo de alcohol en estudiantes universitarios. *Acta de Investigación Psicológica*. 5(2), 2027-2061.

48322015000202047&lng=es&nrm=iso&tlng=es

Estrada, E., Mamani, M., Gallegos, N., Mamani, H. y Zuloaga, M. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID – 19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 88-92.

https://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft_1_2021/16_estres_academico_estudiantes.pdf

Garay, K. (2020, agosto). *Cedro pide promocionar salud mental para afrontar mejores problemas derivados de pandemia* [Video]. YouTube. <https://andina.pe/agencia/noticia-cedro-pide-promocionar-salud-mental-para-afrontar-mejor-problemas-derivados-pandemia-807959.aspx>

Gonzales, M. (2019). *Consumo de alcohol en alumnos del 4° año de secundaria de la institución educativa Mercedes Indacochea Lozano, Huacho* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión]. Repositorio de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/3611/TESIS-MARIA-GONZALES-30.05.19.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

González, I. y Lorenzo, R. (2012). Propuesta teórica acerca del estrés familiar. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(2), 416- 430. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2012/epi122e.pdf>

Gutiérrez, L. y Sarmiento, R. (2019). *Consumo de bebidas alcohólicas y estrés académico en estudiantes universitarios de los primeros años de una universidad estatal* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/9496>

- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ª ed.). McGraw-Hill. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2015). *Perú enfermedades No Transmisibles y Transmisibles, 2015*. INEI. https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1357/libro.pdf
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2018). Perú: *Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles, 2018*. INEI. https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2018/SALUD/ENFERMEDADES_ENDES_2018.pdf
- Jabel, M. (2017). *Estandarización del inventario de estrés académico SISCO en estudiantes de dos universidades de Villa El Salvador* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/417>
- Lorenzo, J. (2017). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios* [Tesis de pregrado, Universidad Una Gran Universidad]. Repositorio de la Una Gran Universidad. <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/6582/LOR%20ENZO.%20J.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Maceo, O. (2013). Estrés académico: causas y consecuencias. *Revista Médica Multimed*, 17(2), 187-189. <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/302/410>
- Martin, I. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Apuntes de Psicología*, 25(1), 87-99.

https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/12812/file_1.pdf?sequence=1

Mendiola, J. (2010). *El manejo del estrés académico en estudiantes universitarios: una propuesta de intervención* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio de la Universidad Nacional Autónoma de México. http://132.248.9.195/ptb2011/septiembre/0673462/0673462_A1.pdf

Ministerio de Salud. (2018). *Lineamientos de Política Sectorial en Salud Mental*. MINSA. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4629.pdf>

Miró, F. (2014). *El 15% de alcohólicos del país tiene entre 14 y 25 años*. El Comercio. <https://elcomercio.pe/lima/15-alcoholicos-pais-14-25-anos-318890-noticia/>

Munive, K. (2019). *Autoeficacia y consumo de alcohol en estudiantes de quinto año de secundaria de instituciones educativas de Villa María del Triunfo* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/890/Munive%20Sivirichi%2c%20Konny.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de este en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 171-190. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>

Organización de las Naciones Unidas para la educación, la Ciencia y la Cultura. (2020). *COVID -19 y educación superior: Educación y ciencia como vacuna contra la pandemia*. UNESCO. <https://www.un.org/es/impacto-acad%C3%A9mico/covid-19-yeducaci%C3%B3n-superior-educaci%C3%B3n-y-ciencia-como-vacuna-contr-la-pandemia#>

Organización Mundial de la Salud. (2018a). *Alcohol*. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/alcohol>

- Organización Mundial de la Salud. (2018b). *Informe sobre la situación mundial del alcohol y la salud 2018*. OMS. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51352/OPSNMH19012_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Organización Panamericana de la Salud. (2008). *Alcohol y atención primaria de la Salud. Informaciones clínicas básicas para la identificación y el manejo de riesgo y problemas*. OPS. https://www.who.int/substance_abuse/publications/alcohol_atencion_primaria.pdf
- Organización Panamericana de la Salud. (2021). *Nuevo estudio de la OPS/OMS indica que 85 mil personas al año en las Américas pierden la vida exclusivamente por consumo de alcohol*. OPS. <https://www.paho.org/es/noticias/12-4-2021-nuevo-estudio-opsoms-indica-que-85-mil-personas-al-ano-americas-pierden-vida>
- Poma, R. (2019). *Estrés académico y manejo del tiempo en estudiantes universitarios de una Universidad Privada de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/923>
- Pons, J. y Berjano, E. (1999). *El consumo abusivo de alcohol en la adolescencia un modelo explicativo desde la psicología social* (6ª ed.). Ministerio de Interior. Plan Nacional Sobre Drogas. <http://www.cedro.sld.cu/bibli/a/a4.pdf>
- Pozo, R. (2018). *Adaptación del Cuestionario para Identificación de Trastornos debidos al Consumo de Alcohol – AUDIT en universitarios de Los Olivos, Lima ,2018* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25796/Pozo_FRY.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Quinteros, K. (2020). *Relación entre el estrés académico y consumo de alcohol en estudiantes de la Universidad de Cuenca* [Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca]. Repositorio de la Universidad de Cuenca. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/33838/3/Trabajo%20de%20Titulaci%c3%b3n.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. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/124>

Ruesta, S. (2017). *Abuso de alcohol y estrés académico en estudiantes Universitarios de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio de la PUCP. https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/9772/Ruesta%20Hospina_Abuso_alcohol_estr%C3%A9s1.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Saavedra, L. y Veliz, A. (2015). *Clima social familiar de alcohol en adolescentes de 13 a 16 años de una I.E de Lima Metropolitana, 2015* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio de la Universidad Peruana Unión. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/451/Loicy_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Saunders, J., Aasland, O., Babor, T., De la Fuente, J., & Grand M. (1993). Development of the Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT): WHO

Collaborative Project on Early Detection of Persons with Harmful Alcohol Consumption – II. *Adición*, 88, 791-804.

<http://www.automesure.com/library/pdf/8329970.pdf>

Solís, R., Sánchez, A. y Cortés, R. (2003). *Drogas: las 100 preguntas más frecuentes*. SEDESOL.

<https://administrativo.uaaan.mx/tutorias/Tutorias%20Documentos%20Mayo%202009/LibrosPDF/Libro100Preguntas.pdf>

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

Torres, J. (2019). *Estilos de afrontamiento y consumo de alcohol-cannabis en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/891>

Yataco, J. (2019). *Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de Ingeniería de Sistemas de una Universidad Privada de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/707>

Zelada, W. (2019). *Estrés académico y susceptibilidad al consumo de tabaco en estudiantes universitarios, Chiclayo- 2017* [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio de la Universidad Señor de Sipán.

<https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/6104>

ANEXOS

Anexo 1. Estrés académico y consumo de alcohol en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Sur

PROBLEMA	OBJETIVO	MARCO TEÓRICO	HIPÓTESIS	VARIABLE	METODOLOGÍA
<p>Formulación del problema</p> <p>¿Cuál es la relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Sur?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Sur</p> <p>Objetivos específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Describir el nivel de estrés académico en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Sur. • Analizar el nivel de consumo de alcohol en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Sur. • Identificar la relación entre las dimensiones de estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Sur. 	<p>Antecedentes</p> <p>A nivel nacional:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Poma (2019) en su título <i>Estrés académico y Manejo del tiempo en estudiantes universitarios de una Universidad privada de Lima Sur.</i> • Gutiérrez y Sarmiento (2019) en su tesis titulada <i>Consumo de bebidas alcohólicas y el Estrés académico en estudiantes universitarios de los primeros años de una Universidad estatal.</i> • Aramburú (2017) en su tesis <i>Sentido de vida y Consumo problemático de alcohol en alumnos de Universidades Privadas de Lima Metropolitana.</i> <p>A nivel internacional</p> <ul style="list-style-type: none"> • Quinteros (2020) en su tesis <i>Estrés académico y Consumo de alcohol en estudiantes universitarios.</i> • Alonso et.al., (2018) en su tesis <i>Sentido de coherencia y el consumo de alcohol en jóvenes universitarios.</i> 	<p>Hipótesis general:</p> <p>Existe una relación estadísticamente significativa entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Sur.</p> <p>Hipótesis específicas:</p> <p>H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre las dimensiones de estrés académico y las dimensiones de consumo de alcohol en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Sur</p>	<p>Variable 1.</p> <p>Estrés académico</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respuestas psicológicas • Respuestas corporales • Estilos de afrontamiento • Causantes de estrés • Estresores del aula • Afrontamiento comunicativo <p>Variable 2.</p> <p>Consumo de alcohol</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Consumo de riesgo de alcohol • Síntomas de dependencia • Consumo perjudicial de alcohol 	<p>Tipo de investigación: Básica o pura</p> <p>Nivel de investigación: correlacional</p> <p>Método: Descriptivo</p> <p>Diseño de investigación: Descriptivo – correlacional</p> <p>Técnicas e instrumentos: Encuesta</p>

**Anexo 2. Inventario de Estrés Académico
SISCO Barraza (2006)**

Autor: adaptado por Jabel Camacuari, María (2017)

Carrera: _____ ciclo: _____ Edad: _____ Sexo: F M

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 interpretación de los resultados.

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

Sí

No

En caso de seleccionar la alternativa "no", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa "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 preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

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

Respuestas Psicológicas	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3)	(4)	(5) Siempre
-------------------------	---------------------	------------------------	------------	------------	-----------------------

			Algunas veces	Casi siempre	
1. Sentimiento de depresión y tristeza (decaído)					
2. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
3. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
4. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.					
5. Problemas de concentración					
6. Ansiedad, angustia					
7. Aislamiento y alejamiento de los demás.					

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

Respuestas corporales	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
2. Fatiga crónica (cansancio permanente)					
3. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
4. Dolores de cabeza o migrañas					
5. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir					

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

Respuestas afrontamiento	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
3. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
4. Elogios a sí mismo					
5. Aumento o reducción del consumo de alimentos					

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

Causantes de estrés	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
2. Sobrecarga de tareas y trabajos académicos					
3. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					

4. No entender los temas que se abordan en la clase					
5. La competencia con los compañeros de grupo					
6. Tiempo limitado para hacer el trabajo.					

5. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces (4) es casi siempre y (5) es siempre, **señala con qué frecuencia tuviste las siguientes inquietudes en el aula cuando estabas preocupado o nervioso.**

Estresores del aula	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Participación en clase, responder preguntas, exposiciones, exámenes orales, etc.					
2. La personalidad y carácter del profesor.					

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

Afrontamiento comunicativo	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Búsqueda de información sobre la situación					
2. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa, contárselo a alguien para que le ayude.					

Cuestionario AUDIT Saunders et al. (1993)

Autor: adaptado por Romy Yarcelia Pozo Flores (2018)

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

Carrera: _____ ciclo: _____ Edad: _____ Sexo: M F

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