



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

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

TESIS

**ESTRÉS ACADÉMICO Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD
PRIVADA DE LIMA SUR**

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA DE PSICOLOGIA**

AUTORA

**NOEMI ESTELA AYALA TACUCHE
ORCID: 0000-0002-5262-8292**

ASESOR

**MAG. DIEGO ISMAEL VALENCIA PECHO
ORCID: 0000-0002-7614-0814**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

TRASTORNOS CLÍNICOS Y DE PERSONALIDAD

LIMA, PERÚ, MARZO DE 2023



CC BY-NC-ND

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

Esta licencia es la más restrictiva de las seis licencias principales, sólo permite que otros puedan descargar las obras y compartirlas con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se pueden cambiar de ninguna manera ni se pueden utilizar comercialmente.

Referencia bibliográfica

Ayala Tacuche, N. E. (2022). *Estrés académico y depresión en estudiantes 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	Noemi Estela Ayala Tacuche
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	40777648
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-5262-8292
Datos del asesor	
Nombres y apellidos	Diego Ismael Valencia Pecho
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	46196305
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-7614-0814
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Silvana Graciela Varela Guevara
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	47283514
Secretario del jurado	
Nombres y apellidos	Taniht Lisseth Cubas Romero
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	40724750
Vocal del jurado	
Nombres y apellidos	Diego Ismael Valencia Pecho
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	46196305
Datos de la investigación	
Título de la investigación	Estrés académico y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur
Línea de investigación Institucional	Persona, Sociedad, Empresa y Estado
Línea de investigación del Programa	Trastornos clínicos y de la personalidad
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: Dra. Silvana Graciela Varela Guevara como presidente, Dra. Taniht Lisseth Cubas Romero como secretaria y el Mag. Diego Ismael Valencia Pecho como vocal, reunidos en acto público para dictaminar la tesis titulada:

**ESTRÉS ACADÉMICO Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA
UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA SUR**

Presentado por la Bachiller:

AYALA TACUCHE, NOEMI ESTELA

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 veinticinco días del mes de abril de 2023.



Dra. Silvana Graciela Varela Guevara
C. Ps. P. 24029
Presidente



Dra. Taniht Lisseth Cubas Romero
C. Ps. P. 10889
Secretaria



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

ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo el Mag. Diego Ismael Valencia Pecho 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 DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA SUR" de la bachiller Noemi Estela Ayala Tacuche, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 20% 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, 1 de diciembre del 2022



Mag. Diego Ismael Valencia Pecho

DNI 46196305

DEDICATORIA

La presente tesis se la dedico a Dios, a mi esposo Erick, a mis dos hijos y a toda mi familia, por su sacrificio, esfuerzo y por acompañarme en este camino tan largo en cumplir mis metas trazadas.

AGRADECIMIENTOS

La presente investigación lo dedico principalmente a Dios, por ser el inspirador y darme fuerzas para continuar en este proceso de obtener uno de los anhelos más deseados. Gracias a mis queridos padres Santiago y María, por ser los principales motores en poder cumplir mis metas, por todos sus consejos, valores y principios que me han inculcado y por qué han fomentado en mí el deseo de superación y de triunfo en la vida. Asimismo, a mi esposo Erick, quien me anima cada día a seguir desarrollándome en cumplir mis objetivos. A mis dos hijos, quienes han sido mi mayor motivación, para no rendirme y ser ejemplo para ellos. Mis hermanos y a toda mi familia. Por otro lado, agradecer por los conocimientos impartidos de parte de los profesores de la Universidad. A mi asesor el Mg. Diego Valencia Pecho por su apoyo y paciencia. Y a todas las personas que de una y otra forma me apoyaran en la realización de la presente investigación. A todos ellos dedico la presente investigación.

ÍNDICE

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTOS	3
RESUMEN	6
ABSTRACT	7
RESUMO	8
INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. Realidad problemática.....	13
1.2. Formulación del problema.....	14
1.3. Justificación e importancia de la investigación.....	15
1.4. Objetivos de la investigación: general y específicos	15
1.5. Limitaciones de la investigación	16
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes de estudios	18
2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado	21
2.3. Definición conceptual de la terminología empleada	30
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO	
3.1. Tipo y diseño de la investigación.....	33
3.2. Población y muestra.....	33
3.3. Hipótesis	33
3.4. Variables – Operacionalización.....	34
3.5. Métodos y técnicas de investigación.....	36
3.6. Procesamiento de los datos	38
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS	
4.1. Análisis de fiabilidad de las variables.....	41
4.2. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable	44
4.3. Contrastación de hipótesis	46
CAPÍTULO V: DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1. Discusiones.....	50
5.2. Conclusiones.....	53
5.3. Recomendaciones.....	54
REFERENCIAS	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Muestra de estudio
Tabla 2	Operacionalización de las variables de estudio
Tabla 3	Índice de bondad de ajuste del AFC de la prueba SISCO
Tabla 4	Cargas factoriales de la prueba SISCO
Tabla 5	Confiabilidad por consistencia de la prueba SISCO
Tabla 6	Baremos de la prueba SISCO
Tabla 7	Índice de bondad de ajuste del AFC de la prueba BDI II
Tabla 8	Cargas factoriales de la prueba BDI II
Tabla 9	Confiabilidad por consistencia interna de la prueba BDI II
Tabla 10	Baremos de la prueba BDI II
Tabla 11	Resultados descriptivos de las variables de estudio
Tabla 12	Niveles de estrés académico en los universitarios evaluados
Tabla 13	Niveles de depresión en los universitarios evaluados
Tabla 14	Prueba de normalidad para las variables de estudio
Tabla 15	Resultados de correlación entre estrés académico y depresión en los universitarios evaluados
Tabla 16	Resultados de correlación entre la dimensión estresores y depresión en los universitarios evaluados
Tabla 17	Resultados de correlación entre la dimensión síntomas y depresión en los universitarios evaluados
Tabla 18	Resultados de correlación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y depresión en los universitarios evaluados

ESTRÉS ACADÉMICO Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA SUR

NOEMÍ ESTELA AYALA TACUCHE

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

Se investigó si el estrés académico se relaciona con la depresión en 150 alumnos de una universidad privada de Lima Sur. La muestra fue seleccionada de forma no probabilística por conveniencia. En cuanto a la metodología, el estudio fue de tipo correlacional y de diseño no experimental. Para la medición de las variables de estudio se usó el Inventario SISCO de Estrés Académico de Barraza y el Inventario de Depresión de Beck BDI II. Se halló que la variable estrés académico ($\rho=.542$; $p<.05$) y sus dimensiones estresores ($\rho=.255$; $p<.05$) y síntomas ($\rho=.565$; $p<.05$) presentaron correlaciones estadísticamente significativas con la variable depresión, así mismo se reportó que el 24.7% de los estudiantes presentan niveles altos de estrés académico y el 22.7% niveles altos de depresión. Se concluyó que, a mayor presencia de estrés académico, mayor depresión en la muestra evaluada.

Palabras clave: universitarios, depresión, estrés académico.

**ACADEMIC STRESS AND DEPRESSION IN STUDENTS AT A PRIVATE
UNIVERSITY IN LIMA SOUTH**

NOEMÍ ESTELA AYALA TACUCHE

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

The purpose of the study was to determine if academic stress was associated with relational depression in a sample of 150 students from a private university in South Lima. The sample was selected non-probabilistically for convenience. Regarding the methodology, the study was of a correlational type and of a non-experimental design. To measure the study variables, the SISCO Inventory of Barraza Academic Stress and the Beck BDI II Depression Inventory were used. It was found that the academic stress variable ($\rho=.542$; $p<.05$) and its stressor dimensions ($\rho=.255$; $p<.05$) and symptoms ($\rho=.565$; $p<.05$) presented statistically significant correlations with the depression variable, it was also found that 24.7% of the students present high levels of academic stress and 22.7% high levels of depression. It was concluded that the greater the presence of academic stress, the greater the depression.

Keywords: university students, depression, academic stress.

ESTRESSE ACADÊMICO E DEPRESSÃO EM ESTUDANTES DE UMA UNIVERSIDADE PRIVADA DE LIMA SUL

NOEMÍ ESTELA AYALA TACUCHE

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

O objetivo do estudo foi determinar se o estresse acadêmico estava associado à depressão relacional em uma amostra de 150 estudantes de uma universidade particular no sul de Lima. A amostra foi selecionada de forma não probabilística por conveniência. Quanto à metodologia, o estudo foi do tipo correlacional e de desenho não experimental. Para mensurar as variáveis do estudo, foram utilizados o Inventário de Estresse Acadêmico de Barraza SISCO e o Inventário de Depressão Beck BDI II. Verificou-se que a variável estresse acadêmico ($\rho=.542$; $p<.05$) e suas dimensões estressoras ($\rho=.255$; $p<.05$) e sintomas ($\rho=.565$; $p<.05$) apresentaram significância estatística correlações Com a variável depressão, verificou-se também que 24,7% dos alunos apresentam alto nível de estresse acadêmico e 22,7% alto nível de depressão. Concluiu-se que quanto maior a presença de estresse acadêmico, maior a depressão nos alunos.

Palavras-chave: universitários, depressão, estresse acadêmico.

INTRODUCCION

La presencia del estrés en los universitarios es un problema que viene siendo estudiado por los profesionales de la conducta, ya que se ha visto que el estrés afecta de forma física, afectiva y psicológica a los estudiantes (Silva-Ramos, 2020). El estrés es considerado como una respuesta que puede provocar inestabilidad en los individuos que lo experimentan por diversos factores, entre ellas, la tensión del ambiente y la poca capacidad de afronte del individuo (Silva-Ramos, 2020). Se ha mencionado que el estímulo estresor no es el causante del estrés que experimenta la persona, sino la forma de percibir dicho estímulo (Williams y Cooper, 2004) el cual está mediado en relación a que si el individuo considera que el estímulo estresor supera la capacidad de afronte o recursos que posee.

Cabe señalar que ir a la universidad viene consigo diversos momentos de tensión que podrían repercutir en la manera de percibir el estudio, ello podría incrementar el riesgo de que los universitarios experimenten niveles elevados de estrés, de igual forma, posibilita la presencia de otros problemas como el nerviosismo, agotamiento, tensión, intranquilidad, entre otras afectaciones (Escobar et al., 2018).

Por otro lado, la depresión es considerada un problema que impacta sobre el estado de ánimo de la persona, hasta tal punto de involucrar el estado psicológico general (Calero et al., 2018). Se sabe que la depresión es uno de los trastornos clínicos más frecuentes en las personas, y aún más en aquellas que realizan actividades que demande un esfuerzo psicológico y físico mayor, como por ejemplo las actividades que deben realizar los universitarios, donde según algunos estudios indican que por lo menos de cada cinco estudiantes, uno ha experimentado conductas relacionadas a la depresión (Obregón-Morales et al., 2020).

En el capítulo I se detalla la realidad problemática, el objetivo principal y los objetivos particulares, la justificación y las limitaciones halladas durante el proceso del estudio.

Para el capítulo II se presenta las investigaciones nacionales e internacionales relacionadas al tema, así mismo, la información teórica pertinente en relación al estrés académico y depresión, además, se incluye una lista de las definiciones de los términos más importantes.

En el capítulo III se detalla toda la información relacionada al marco metodológico, como; el tipo y diseño de estudio, la población y muestra, la hipótesis de estudio, la operacionalización de las variables, los métodos y técnicas de investigación y el proceso estadístico de los datos.

En el capítulo IV se encuentra los resultados estadísticos tanto descriptivos e inferenciales en relación a los objetivos planteados en la investigación.

Finalmente, en el capítulo V se discute los resultados hallados en relación a las investigaciones previas y los fundamentos teóricos, así mismo, se presentan las conclusiones y sugerencias del estudio.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Realidad problemática

La realización de actividades durante la etapa universitaria representa para algunos alumnos un factor de tensión o estrés a causa de los niveles altos de exigencia (Suárez, 2015). Por tal razón, durante los últimos años el estrés académico viene siendo investigado por los profesionales de la conducta, principalmente por los efectos negativos que trae consigo esta problemática, especialmente sobre el rendimiento académico, la salud psicológica y el estilo de vida en general en los universitarios (Gonzáles, 2017).

Por otro lado, las condiciones que están atravesando los universitarios debido a los cambios generados por la pandemia han motivado a las autoridades del gobierno la implementación de medidas para seguir disminuyendo la cantidad de personas contagiadas, entre ellas, la realización de las clases de manera virtual (Estrada et al., 2020). Por lo tanto, los universitarios se están enfrentando en una situación nueva, pero que al mismo tiempo representa un conjunto de desafíos y problemas como el acceso a internet, nuevas metodologías de enseñanza virtual, sobre carga de tareas académicas y un aumento de las horas de uso de computadoras y aparatos móviles, dichas condiciones vienen causando niveles altos de agotamiento y preocupación, afectando el desempeño de los estudiantes y aumentando la sensación de estrés (Estrada et al., 2020).

A nivel mundial, en Malasia et al. (2018) al estudiar la prevalencia de estrés académico en universitarios encontraron que el 78.2% presentaron un grado moderado, el 12.9% un grado alto y solo el 8.9% un grado bajo. A nivel de Latinoamérica, en México, Silva-Ramos (2020) reportó en su estudio que el 86.3% de los universitarios encuestados (n=172) tienen un estrés académico medio, otro estudio similar fue realizado en Colombia en universitarios en la que se halló niveles

significativos de estrés (64%) (Lemos et al., 2018). A nivel nacional, Estrada et al. (2020) estudiaron la prevalencia del estrés en alumnos de una universidad pública, en donde hallaron que el 47.1% de los evaluados tienen un nivel alto, el 37.8% evidenciaron un nivel promedio y el 15.1% un nivel bajo. Estos hallazgos indican que gran parte de los alumnos de educación superior han experimentado un conjunto de malestares físicos y afectivos a causa de las demandas del entorno universitario, lo cual les impide desenvolverse de forma adecuada, provocando que sus niveles de motivación sean bajos, mayor intranquilidad y desequilibrio emocional y conductual (Encina et al., 2018).

Otra problemática que se puede observar en los universitarios es la depresión, la cual se caracteriza por síntomas como tristeza patológica, apatía, desaliento, irritación, sensación de malestar y desánimo para realizar las actividades con normalidad, también se presenta dificultades a nivel cognitivo (problemas para concentrarse) y fisiológico (cefalea, falta de apetito, dificultad de sueño, etc.) (National Collaborating Centre for Mental Health, 2010).

Cabe señalar que la vida universitaria constituye una etapa en donde se da muchos momentos de tensión para los estudiantes en donde se asocia diversas problemáticas, entre ellas, el estrés y la depresión (Encina et al., 2018), ello coincide con lo que menciona Vargas et al. (2018) quienes indican que los alumnos que poseen altos niveles de estrés por las actividades de la universidad, podrían estar más vulnerables a presentar problemas psicológicos como ansiedad y depresión.

1.2. Formulación del problema

¿Existe relación entre estrés académico y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur?

1.3. Justificación e importancia de la investigación

El estudio tiene justificación teórica, porque contribuye con la revisión de los principales modelos teóricos que explican el estrés académico y la depresión, y a partir de los resultados que se obtengan, podrán brindar una mejor comprensión sobre la relación que existe entre ambos constructos psicológicos.

También presenta justificación metodológica, porque se revisará la validez y fiabilidad de las pruebas utilizadas, con el propósito de motivar a otros investigadores a utilizar dichas pruebas.

Así mismo, presenta justificación práctica y social, ya que los resultados que se encuentren podrán ser tomados en cuenta por las autoridades de la universidad participe para justificar la realización de un taller de entrenamiento para la gestión del estrés académico y su relación con las conductas depresivas, beneficiando a la población universitaria.

1.4. Objetivos de la investigación: general y específicos

1.4.1. *Objetivo general*

- Determinar la relación entre estrés académico y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.

1.4.2. *Objetivos específicos*

- Describir los niveles de estrés académico en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.
- Describir los niveles de depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.
- Determinar la relación entre la dimensión estresores y la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.

- Determinar la relación entre la dimensión síntomas y la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.
- Determinar la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.

1.5. Limitaciones de la investigación

- Los datos obtenidos no se lograrán generalizar a todos los alumnos universitarios de Lima Metropolitana.
- La muestra fue seleccionada de forma no probabilística.
- La evaluación se dio de manera virtual, debido a que los estudiantes todavía no asisten de forma presencial (salvo algunos cursos) a la universidad de procedencia.

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes del estudio

2.1.1. Nacionales

En Lima, Ibáñez (2022) decidió realizar un estudio para estimar la relación del estrés académico con la variable depresión en una muestra de 217 universitarios de la facultad de salud de una entidad privada. En cuanto al marco metodológico, el estudio fue no experimental de tipo relacional. Se halló que la variable depresión presentó correlaciones directas con el estrés académico ($r=.456$; $p<.01$) y las dimensiones estresores ($r=.382$; $p<.01$) y síntomas ($r=.609$; $p<.01$), y una correlación indirecta con la dimensión estrategias de afrontamiento ($r=-.259$; $p<.01$). A partir de los resultados, se concluyó que, a mayor presencia de estrés académico en los estudiantes de la facultad de salud, mayor depresión. Se recomendó realizar estudios complementarios en otros centros universitarios de la ciudad.

En Puno, Mercado (2021) describió los niveles de estrés académico en 153 estudiantes de la carrera de medicina de una universidad nacional. El estudio fue de diseño no experimental de tipo descriptivo correlacional. En cuanto a los resultados, se reportó que el 70.6% de los participantes presentan un moderado nivel de estrés académico y el 29.4% un nivel bajo. Se concluyó que la mayoría de los estudiantes de medicina están experimentando niveles medios de estrés académico, por lo tanto, requieren apoyo psicológico por parte de la universidad.

En Ayacucho, Palomino (2021) decidió realizar un estudio para estimar la relación del estrés académico con la variable depresión en una muestra de 196 universitarios de la carrera de psicología de una entidad privada en Huamanga. En cuanto al marco metodológico, el estudio fue no experimental de tipo relacional. Se halló una correlación directa ($r=.334$; $p<.05$) entre las variables. A partir de los resultados, se concluyó que, a mayor presencia de estrés académico en los

estudiantes, mayor presencia de depresión. Se recomendó realizar estudios complementarios en otras casas universitarias de Ayacucho.

En Lima Sur, Ayala (2020) describió los niveles de depresión en 102 estudiantes de psicología y de derecho (19 a 29 años de edad). El estudio fue de diseño no experimental de tipo descriptivo correlacional. En cuanto a los resultados, se reportó que el 20.6% de los universitarios no presenta depresión, el 32.4% un nivel bajo de depresión, el 17.6% un nivel moderado y el 29.4% un nivel alto. Se concluyó que los estudiantes con depresión deben recibir ayuda psicológica de forma inmediata.

En Puno, Maquera (2020) efectuó un estudio para analizar si la depresión guarda relación con el estrés académico en 62 alumnos de una universidad estatal. A nivel metodológico, el estudio fue de diseño no experimental y de nivel relacional. Según los resultados se corroboró que existe una relación ($\chi^2=30.702$, $gl=6$, $p<.05$) entre los niveles de estrés académico y los niveles de depresión. El autor concluyó que, a mayor presencia de estrés académico, mayor nivel de depresión en los universitarios de la ciudad de Puno.

2.1.2. Internacionales

En China, Zhang et al. (2022) publicaron un estudio en donde analizaron la relación del estrés académico con la variable depresión en donde participaron 1309 universitarios. La investigación fue de tipo correlacional de diseño no experimental. En cuanto a los resultados estadísticos, se encontró que el estrés académico guarda una relación directa ($r=.302$; $p<.01$) con las conductas depresivas. Los autores concluyeron que, a mayor estrés académico, mayor depresión en los universitarios de China.

En Pakistán, Deng et al. (2022) decidieron realizar un estudio para estimar la relación del estrés académico con la variable depresión en 119 universitarios de las carreras de ciencias administrativas, ingeniería e informática procedentes de la ciudad de Rawalpindi. En cuanto al marco metodológico, el estudio fue no experimental de tipo relacional. Se halló una correlación directa ($r=.622$; $p<.05$) entre las variables de estudio. Se concluyó que, a mayor presencia de estrés académico en los estudiantes, mayor presencia de conductas relacionada a la depresión, así mismo los autores indicaron que esta investigación proporciona información valiosa para padres, educadores y otras partes interesadas preocupadas por la educación y el rendimiento de los universitarios.

En Colombia, Hinostraza y Zubieta (2021) investigaron la relación del estrés académico con la variable depresión en una muestra de 109 universitarios de la carrera de psicología de la ciudad de Bogotá. En cuanto al marco metodológico, el estudio fue no experimental de tipo relacional. Al realizar el proceso estadístico se halló que la variable estrés académico presenta una relación directa y estadísticamente significativa con la variable depresión. Se concluyó que, a mayor experiencia de estrés académico, mayor depresión presentan los universitarios evaluados.

En Argentina, Kloster y Perrotta (2019) describieron la prevalencia de los niveles de estrés académico en una muestra de 163 estudiantes de una universidad pública de la ciudad de Paraná. La investigación fue de nivel descriptivo y de diseño no experimental. En cuanto a los resultados se encontró que el 11% de los estudiantes presentan un nivel leve de estrés académico, el 85% un nivel moderado y solo el 4% un nivel profundo. Se concluyó que la mayoría de los universitarios evaluados presentan niveles moderado de estrés académico, por lo tanto, los autores

recomendaron la necesidad de implementar actividades que regulen el estrés académico.

En la India, Gajanan y Minchekar (2018) investigaron si el estrés académico se relaciona con la depresión en una muestra de 360 estudiantes de diferentes universidades de la ciudad de Kolhapur. En cuanto a la metodología, el estudio fue de diseño no experimental de nivel correlacional. Se encontró una correlación directa ($r=.660$; $p<.01$) entre estrés académico y depresión. Los autores concluyeron que, a mayor estrés académico, mayor sintomatología depresiva en los universitarios evaluados. Se recomendó ampliar el estudio en otras ciudades de la India.

2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado

2.2.1. Estrés académico

Definiciones.

Actualmente, el término estrés es una expresión que se escucha con mucha frecuencia tanto en el ámbito personal, laboral y académico. Según Silva-Ramos et al. (2020) el estrés es una respuesta negativa que induce a una inestabilidad en las personas que lo experimentan debido a que las demandas del entorno superan las capacidades o habilidades de afronte que tiene una persona. Mientras que Williams y Cooper (2004) señalan que la apreciación que realiza la persona sobre el estímulo estresor tiene un rol relevante, debido a que, si la persona percibe que no es capaz de afrontar las demandas externas, se verá reflejado en mayores niveles de sensación de estrés.

En cuanto al estrés académico, Caldera et al. (2007) lo describen como aquella respuesta que se origina debido a las demandas o exigencias durante el proceso de aprendizaje del ámbito educativo. Se podría decir que tanto los estudiantes como los profesores pueden verse afectados ante el estrés académico.

Para Barraza-Macías (2009) el estrés académico es definido como un fenómeno en donde el alumno busca adaptarse o afrontar las demandas del ambiente académico, pero cuando estas superan los recursos personales, se origina un desequilibrio en el organismo.

Se conoce que el estrés académico se origina cuando el alumno tiene la percepción de que el estímulo estresor es muy demandante, de modo que puede llevarlo a pensar que el estímulo es insuperable o que las capacidades o recursos con los que cuenta no son suficientes, por tal razón los estudiantes optan por buscar maneras distintas de afrontamiento (García-Ros et al., 2012).

Mientras que para Díaz y Jiménez (2010) el estrés académico es un fenómeno que experimentan los alumnos debido a que no cuentan con hábitos de estudio, en donde aquellos estudiantes que presentan alto estrés serían quienes tienen un déficit en sus estrategias de afronte ante las demandas académicas.

Por último, Zárate et al. (2017) manifiestan que: "El estrés académico es un estado que se produce cuando el estudiante percibe negativamente las demandas de su entorno, cuando le resultan angustiantes aquellas situaciones a las que se enfrenta durante su proceso formativo y pierde el control para afrontarlas" (p. 45).

Durante la etapa universitaria se van presentando situaciones estresantes que van a provocar una inestabilidad sistémica que se verá reflejado con la presencia de síntomas; en donde los universitarios se ven obligados a realizar un conjunto de actividades de afronte para alcanzar un equilibrio (García et al., 2017; Peña-Paredes et al., 2018). Cabe señalar que todas las personas han experimentado estrés durante su vida, pero, cuando esta sensación es prolongada o frecuente, podría agotar las reservas con las que cuenta la persona, afectando su normal funcionamiento conductual (Pulido et al., 2011). Sánchez-Villena (2018) indica que el estrés

académico es mayor en los universitarios ya que en esta etapa hay mayor exigencia a comparación de los estudiantes de colegios.

Modelo teórico del estrés académico según Barraza.

Barraza (2006) propone una explicación sobre el estrés académico en relación al desarrollo psicológico y proceso de adaptación, al respecto menciona que cuando un alumno se halla sujeto a un conjunto de estresores, ello va a generar una inestabilidad sistémica, las cuales se van a presentar por medio de síntomas, en donde el alumno se ve en la necesidad de realizar diversas actividades de afronte para poder retornar a un estado estable. Según Barraza (2018) el estrés académico tiene tres dimensiones o componentes, las cuales son; los estresores, los síntomas y las estrategias de afrontamiento.

En la investigación se considerará estas dimensiones en el proceso de medición. Barraza (2018) menciona que los estresores se generan cuando: “Un estudiante es sometido a sobrecargas de tareas estimuladas y evaluadas por el docente a través de tiempos ilimitados y la poca claridad de información para los trabajos” (p. 31), en donde existen factores que intervienen en esta dimensión, las cuales son la personalidad del estudiante, el carácter del docente, la metodología de enseñanza, los trabajos académicos y las evaluaciones.

En cuanto a los síntomas Barraza (2018) menciona que: “Son aquellas respuestas que tienen los estudiantes como ansiedad, problemas de concentración, fatiga crónica, depresión, tristeza, angustia, desesperación, sentimientos de agresividad e irritabilidad, tendencia a discutir y desgano para realizar las actividades académicas” (p. 32). En cuanto a la dimensión afrontamiento, Barraza (2018) menciona que: “El estudiante demuestra la adquisición de estrategias de afrontamiento cuando se enfrenta a estímulos estresores. Por ejemplo, al

concentrarse en resolver una situación preocupante, analizando lo positivo y lo negativo, gestionando sus emociones y recordando como resolvió otros momentos de estrés para conseguir tranquilizarse” (p. 32).

Factores relacionados al estrés académico.

Existen diversos factores que podrían predisponer a una persona a sentir estrés como lo son la personalidad, el autoconcepto, la autoestima, el estilo de afrontamiento, etc. Es por ello que, según diversos autores, los niveles de estrés ante una situación específica pueden ser experimentado de forma distinta por dos individuos, indicando que los estímulos estresores son subjetivos e individuales, reflejando ello que cada individuo posee una manera diferente de adaptarse al entorno (Domingues et al., 2018). Además, el ingreso a la vida universitaria constituye la presencia de estímulos estresores que van a influir en la forma como los estudiantes perciben su rol académico, como también su forma de aprender y capacidades personales (Silva-Ramos et al., 2020). Estos cambios podrían aumentar el nivel de estrés a partir de indicadores como tensión, agotamiento, agobio, inseguridad, intranquilidad, entre otros (Escobar et al., 2018).

Las actividades que tendrán que hacer los estudiantes durante su etapa académica como trabajos, reuniones, evaluaciones, exposiciones, etc., son actividades comunes, pero podrían ser percibidas como estímulos estresores si estos se dan de forma numerosa, es decir, una sobrecarga de actividades, ocasionando la experiencia de estrés y un conjunto de respuestas a nivel conductual, emocional y fisiológica, poniendo en riesgo el rendimiento académico (Silva-Ramos et al., 2020).

Casuso (2011) indica que, las variables que tienen un rol modulador sobre el estrés académico son; la autoeficacia de los alumnos, los estilos de afrontamiento y la personalidad. En cuanto a la autoeficacia según el autor aquellos estudiantes que

se sienten capaces de realizar de manera exitosa su rol en la universidad tendría una mayor expectativa sobre su desempeño, esto debido a que presentarían mayor confianza en sus habilidades, valorando su ambiente de estudio como positivo o provechoso para sus fines de aprendizaje. Suárez-Montes y Díaz-Subieta (2014) afirman que: “La vulnerabilidad al estrés está influenciada por el temperamento, las habilidades de afrontamiento y la red de apoyo social, que se hacen también evidentes tanto en las manifestaciones físicas y conductuales de cada individuo” (p. 22).

Consecuencias del estrés académico.

En cuanto a las consecuencias que podría ocasionar el estrés académico en los universitarios se puede mencionar la afectación psicológica y fisiológica y la presencia de conductas desadaptativas (Guadarrama et al., 2012). Mientras que Suárez-Montes y Díaz-Subieta (2015) han manifestado que: “El estrés académico es un elemento que favorece el estrés crónico y el deterioro de la salud mental” (p. 302).

Es por ello que cuando existe un exceso de trabajo, ello aumenta el estrés académico, ocasionando que los estudiantes presenten menor interés o motivación en la realización de las mismas, como también sentimientos de autocrítica e incluso originando una pérdida del autocontrol (Jiménez, 2010).

Gutiérrez y Amador (2016) indican que el estrés académico tiene efectos sobre el organismo como el incremento de la frecuencia cardiaca, exceso de sudoración, tensión corporal, entre otros. Mientras que a nivel conductual se ha encontrado problemas como reducción del desempeño académico, discusiones con lo demás, aislamiento social, problemas en el uso de cigarro, exceso de alcohol, ausentismo en las clases, procrastinación para presentar los trabajos académicos, entre otros. También se ha encontrado una relación con otros problemas como la presencia de

conductas depresivas (Gutiérrez et al., 2010), pensamientos de autolesión o de suicidio (Pozos-Radillo et al., 2014), problemas cognitivos como déficit en la retención de información (memoria) (Awé et al., 2016) y para mantener la concentración en actividades académicas (Vogel y Schwabe, 2016).

2.2.2. Depresión

Definición.

Seguidamente se brindará algunas definiciones conceptuales sobre la depresión realizadas por autores que han investigado el tema.

Zung (1965) indica que la depresión es caracterizada por la presencia de sentimientos de tristeza, culpa, abatimiento e ineficacia para realizar las actividades cotidianas.

Beck et al. (1979) proponen que la depresión es un estado de ánimo negativo causado por una interpretación errónea sobre las situaciones o circunstancias que se le presenta a una persona, generando cambios en el comportamiento y las emociones.

Otros autores consideran que la depresión es una afectación del estado de ánimo, en donde la persona presenta cambios en su humor, como también hay una afectación sobre su capacidad de relacionarse con los demás (Vázquez et al., 2000).

García (2015) comenta que la palabra depresión tiene su origen del latín “depressus” que quiere decir “abatido”, indicando que la depresión sería aquel estado emocional que está acompañado de sentimientos de tristeza, abatimiento, distanciamiento con otras personas y baja realización de actividades.

Por consiguiente, la depresión es una dificultad de la salud psicológico que se caracteriza por un conjunto de síntomas como sentimientos de desconsuelo,

abandono de actividades, culpa, exceso de sueño, poco apetito y dificultad para mantener la concentración o recordar ciertas cosas (Napa, 2021).

La Teoría Cognitiva de Beck.

La mayor parte de las investigaciones realizadas sobre la problemática de la depresión se sustentan bajo la Teoría Cognitiva de Beck, en la cual se afirma que los estados depresivos de las personas se deben a una interpretación equivocada sobre los eventos o sucesos que se van presentando, las cuales son entendidas como catastróficas o negativas para la persona, quien siente que no cuenta con los recursos suficientes para afrontarlas. Este modelo teórico se centra en tres aspectos. El primero es la cognición, la cual hace alusión a aquellos pensamientos que se van organizando en relación a la manera como se percibe el estímulo estresor. Como segundo aspecto está el contenido cognitivo, el cual es el significado o importancia que una persona les da a sus pensamientos, los cuales afectan el estado de ánimo y la conducta en general. Como tercer aspecto está los esquemas, que son el conjunto de creencias sobre ciertas situaciones en concreto, las cuales van a direccionar en la manera en cómo la persona interpreta la realidad.

Según diversos autores, la presencia de creencias o esquemas erróneos sobre los eventos del ambiente podrían ser producto de experiencias pasadas de momentos difíciles que ha vivido una persona. Es por ello que los esquemas depresivos guardan asociación con situaciones dolorosas como el fallecimiento de un familiar o la no aprobación social. Por lo tanto, las personas que experimentan una depresión episódica podrían tener creencias erróneas menos patológicas en comparación de las personas que padecen de depresión crónica (Napa, 2021).

Así mismo, Vázquez et al. (2000) indican que en el enfoque cognitivo se presentan cuatro aspectos relevantes que podrían explicar el problema de la

depresión, primeramente se tiene la triada cognitiva, constituida por una percepción desfavorable sobre uno mismo, el ambiente y los eventos futuros, luego esta las creencias automáticas negativas, seguida de los errores sobre la percepción del ambiente y por último la difusión de las creencias o esquemas existentes en la persona sobre su entorno o ambiente.

Vázquez et al. (2000) afirman que: “La triada cognitiva hace referencia a los pensamientos que tiene la persona sobre sí mismo, su ambiente y el futuro trágico. El sujeto con depresión se percibe como indigno y con poca capacidad, su ambiente lleno de obstáculos, de difícil resolución y un futuro desalentador y trágico” (p.25). En cuanto a los pensamientos autonómicos negativos, Friedman y Thase (1995) menciona que: “Hacen referencia a las cogniciones repetitivas e involuntarias que generan emociones relacionadas a la tristeza y melancolía, en donde el paciente no es consciente de dicho proceso, por lo tanto, tiene dificultad para controlarlas” (p. 12). Según Beck (1991) indica que: “Alrededor del 60% de los pensamientos autonómicos presentan un valor nocivo o desadaptativo. Si bien es cierto que todos los sujetos tienen pensamientos negativos de forma ocasional, en los pacientes deprimidos la frecuencia de estos pensamientos es muy elevada durante el día” (p. 32).

Vázquez et al. (2000) indica que los pensamientos negativos que se dan durante la depresión se deben a que la persona ha procesado de forma errada lo que le está ocurriendo. Entre los errores que se ha podido detectar durante la interpretación de la realidad en las personas con depresión son; realizar conclusiones de forma rápida y sin evidencia notoria, realizar conclusiones en base a datos sesgados, implantar normas a nivel general en base a hechos particulares, sobrevalorar o infravalorar un evento o suceso, atribuirse de forma directa la causa de un problema o acontecimiento sin evidencia clara y tener una postura dicotómica

sobre un evento, es decir, creer que solo tiene dos formas de entender lo que se está viviendo, sin puntos medios.

Factores relacionados.

En cuanto a los factores asociados al problema de la depresión son muchos, entre ellos se puede mencionar factores a nivel biológico, psicológico y social. Cabe señalar que los factores de riesgo son variables que favorecen la probabilidad de que una persona presente el problema o enfermedad (Lucio et al., 2011). Pardo et al. (2004) indican que aquellas personas con familiares con depresión están más predispuesto a desarrollar dicho trastorno.

Se ha reportado que la edad, el género, los percances familiares y ciertas características de tipo social y económico son considerados factores que hacen más vulnerable a que una persona presente depresión (Díaz et al., 2006). Así mismo, entre los factores que se relacionan con las conductas depresivas en los universitarios se encuentra el ser de sexo femenino (Goebert et al., 2009; Baldassin et al., 2008), tener una autoestima baja, percepción de no contar con la ayuda de familiares o amistades, y pertenecer a un nivel socioeconómico bajo (Eskin et al., 2008). En cuanto a los varones, los factores de riesgo son tener ingresos bajos, problemas de ansiedad y estar expuesto a situación de tensión de manera frecuente (El-Gilany et al., 2008).

2.2.3. Relación entre estrés académico y depresión

Los eventos percibidos como amenazantes o negativos son factores de riesgo que podrían aumentar la experiencia de estrés en las personas (Cutrona et al., 2006). Cabe señalar que los acontecimientos de la vida son experiencias que generan cambios en los estados de ánimo de las personas (Barcelata et al., 2012). Por lo tanto, las personas que experimentan acontecimientos frecuentes de tensión podrían verse envuelto en sentimientos de impotencia, desesperanza y tristeza cuando sienten que

no encuentran alternativas de solución para afrontar las situaciones estresantes, por lo tanto, están más vulnerables a presentar cuadros depresivos (Cutrona et al., 2006).

En el ambiente de la universidad, uno de los factores principales relacionados a los estados depresivos es el estrés, el cual es considerado un factor que podría desencadenar este trastorno clínico (Gutiérrez et al., 2010). Fisher y Hood mencionan que: “Los estudiantes experimentan un incremento en los niveles de depresión y síntomas obsesivos tras seis semanas en la universidad, demandando desempeños sobresalientes, y dicha exigencia implica para los estudiantes un proceso de adaptación que puede resultar en la generación de estrés” (p. 13). Es por ello que diversos estudios indican que los alumnos que tienen niveles elevados de tensión o estrés por sus actividades académicas, muestran al mismo tiempo algunas conductas relacionadas a la depresión (Mosley et al., 1994).

Considerando los puntos anteriores, se podría entender que el estrés académico es un factor de riesgo relacionado a las conductas depresivas en los universitarios. Por lo tanto, es importante investigar en los centros educativos la prevalencia de los niveles de esta problemática y así proponer estrategias o actividades que puedan mitigar el estrés académico (Gutiérrez et al., 2010).

2.3. Definición conceptual de la terminología empleada

- Estrés académico: Barraza (2006) lo define como: “Un proceso sistémico, adaptativo y principalmente psíquico que surge cuando el estudiante en el contexto académico percibe diferentes exigencias que son evaluadas como desfavorables y/o estresantes desencadenando una serie de síntomas que generan inestabilidad tanto física, psicológico y conductual” (p. 12) (Barraza, 2006).

- Estresores: Conjunto de estímulos estresores que se presentan durante la actividad académico como; exceso de trabajos, las evaluaciones, exposiciones, tareas ambiguas, entre otras (Barraza, 2006).
- Síntomas: Es el desequilibrio que se da a nivel fisiológico, psicológico y conductual a causa del estímulo estresor (Barraza, 2006).
- Estrategias de afrontamiento: Comportamientos que ejecuta un individuo con la finalidad de hacer frente a las demandas externas y así reducir los niveles de estrés que está experimentando (Barraza, 2006).
- Depresión: Cambios del estado de humor debido principalmente a que la persona presenta una interpretación errada sobre las situaciones que se le presenta, en donde se muestran síntomas como tristeza persistente, baja actividad conductual, aislamiento social, entre otros (Beck et al., 1979).

CAPITULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1. Tipo y diseño de la investigación

3.1.1. Tipo de investigación

El estudio fue de tipo correlacional debido a que se buscó corroborar si existe relación entre dos variables de estudio (Hernández et al., 2014), en este caso, la relación entre estrés académico y depresión en universitarios procedentes de Lima.

3.1.2. Diseño de investigación

El estudio se sitúa bajo el diseño no experimental, ya que solo se recogió información en base a la aplicación de pruebas psicológicas en una muestra de estudio, los cuales se realizaron en un solo momento (Hernández et al., 2014).

3.2. Población y muestra

La población lo conformaron los estudiantes de una universidad privada de Lima Sur, cuyas edades se encuentra entre los 17 a 30 años y de diversas carreras profesionales.

En cuanto a la muestra se evaluó a 150 estudiantes que fueron seleccionados por medio de un muestreo no probabilístico de tipo intencional, ya que se evaluó a los estudiantes en función a su disponibilidad.

Para seleccionar a los participantes se consideró los criterios siguientes.

- Criterios de inclusión: Alumnos matriculados en la institución universitaria, de 17 a 30 años y que hayan resuelto de forma completa los cuestionarios.
- Criterios de exclusión: Estudiantes que no estén matriculados en la institución educativa y que no responda correctamente los cuestionarios.

Tabla 1*Muestra de estudio*

Variable	Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Hombre	45	30%
	Mujer	105	70%
Edad	17 a 20 años	76	50.6%
	21 a 25 años	45	30%
	26 a más años	29	19.4%
Total		150	100%

3.3. Hipótesis

3.3.1. *Hipótesis general*

- Hg: Existe relación entre estrés académico y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.

3.3.2. *Hipótesis específicas*

- H1: Existe relación entre la dimensión estresores y la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.
- H2: Existe relación entre la dimensión síntomas y la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.
- H3: Existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.

3.4. Variables – Operacionalización

Tabla 2*Operacionalización de las variables de estudio*

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Ítems	Escala
Estrés académico	Barraza (2006) lo define como: “Un proceso sistémico, adaptativo y principalmente psíquico que surge cuando el estudiante en el contexto académico percibe diferentes exigencias que son evaluadas como desfavorables y/o estresantes desencadenando una serie de síntomas que generan inestabilidad tanto física, psicológico y conductual” (p. 12).	Se medirá a partir de las puntuaciones del Inventario SISCO del estrés académico.	Estresores Síntomas Estrategias de afrontamiento	1 al 7 8 al 14 15 al 21	Ordinal
Depresión	Alteración del estado de ánimo debido principalmente a que la persona presenta una interpretación errada sobre las situaciones que se le presenta, en donde se muestran síntomas como tristeza persistente, baja actividad conductual, aislamiento social, entre otros (Beck et al., 1979).	Se medirá a partir de las puntuaciones del Inventario de Depresión BDI II de Beck.	Unidimensional	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20 y 21.	Ordinal

3.5. Métodos y técnicas de investigación

La técnica que se usó para obtener de la información necesaria fue la encuesta, dicha técnica se caracteriza por la medición de una variable de estudio a partir de la aplicación de diversas preguntas previamente establecidas a un grupo de personas o participantes (Sánchez y Reyes, 2015).

3.5.1. Estrés académico

Información del instrumento.

El primer instrumento tiene como nombre Inventario SISCO SV-21 el cual fue construido por Barraza (2006) y cuenta con 21 preguntas cuyas respuestas son de tipo Likert, así mismo evalúa de forma específica tres dimensiones, las cuales son; estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Se puede aplicar de forma individual o grupal y no cuenta con un tiempo límite.

Propiedades psicométricas del instrumento.

Barraza (2018) revisó las propiedades psicométricas del inventario en una muestra de 994 estudiantes mexicanos. En cuanto a los resultados, se estudió la evidencia de validez de estructura interna por medio del Análisis Factorial Confirmatorio (AFC) en donde se obtuvo valores de ajuste aceptables para el modelo de tres dimensiones (KMO = .896; Prueba de esfericidad de Bartlett = .000; varianza total = 47%), en donde los ítems mostraron cargas factoriales mayores a .5 en sus respectivos factores o dimensiones, corroborando el modelo teórico propuesto por Barraza (2006). Así mismo se revisó la fiabilidad por consistencia interna, para ello se halló un valor alfa de Cronbach general de .85, así mismo todas las dimensiones presentaron valores alfa mayores a .80, indicando que el instrumento cuenta con niveles aceptables de confiabilidad. Se concluyó que el inventario SISCO SV-21

presenta adecuadas propiedades psicométricas en la medición del estrés académico en escolares.

Propiedades psicométricas del instrumento en población peruana.

Olivas-Ugarte et al. (2021) revisaron las propiedades psicométricas del inventario en 560 estudiantes de Lima. Se estudió la evidencia de validez de estructura interna por medio del Análisis Factorial Confirmatorio (AFC) en donde se obtuvo valores de ajuste aceptables para el modelo de tres dimensiones (CFI=.921, TLI=.922, RMSEA=.084 [.077-.087], SRMR=.062), en donde los ítems presentaron cargas factoriales por encima de .576 en sus respectivos factores. También se revisó la fiabilidad por consistencia interna en donde todas las dimensiones presentaron valores omega mayores a .89, indicando que el instrumento cuenta con niveles aceptables de confiabilidad. Se concluyó que el inventario SISCO SV-21 presenta adecuadas propiedades psicométricas en la medición del estrés académico en escolares de Lima.

3.5.1. Depresión

Información del instrumento.

En cuanto a la evaluación de la variable depresión se usó el Inventario de Depresión de Beck - BDI II el cual fue construido por Beck en el año 1996 y cuenta con 21 ítems cuyas respuestas son de tipo Likert. Su aplicación puede realizarse de forma personal o grupal y no cuenta con un tiempo límite.

Propiedades psicométricas del instrumento de la versión en español.

Brenlla y Rodríguez (2006) realizaron una adaptación al español del inventario en 472 adultos y 325 pacientes clínicos procedentes de Argentina. Se analizó la evidencia de validez de criterio, para ello se correlacionó los puntajes del inventario BDI II con los puntajes de la Escala de Depresión del MMPI-II hallándose un valor de

Pearson de .58 ($p < .01$), de igual manera con la Escala de Ansiedad SCL-90 R con un valor de Pearson de .63 ($p < .01$). Así mismo se estudió la confiabilidad por consistencia interna hallándose un valor alfa de Cronbach de .88 en pacientes clínicos y un valor alfa de .87 en adultos. También se revisó la fiabilidad por estabilidad por medio del método test retest hallándose correlaciones altas en la muestra clínica ($r = .9$, $p < .05$) y en la muestra general ($r = .9$, $p < .05$).

Propiedades psicométricas del instrumento en población peruana.

Barreda (2019) efectuó un estudio en Lima para analizar las propiedades psicométricas del inventario BDI II adaptado por Brenlla y Rodríguez (2006) en donde evaluaron a 400 adultos con edades de 17 a 70 años. Se revisó la evidencia de validez basado en el contenido por medio del criterio de expertos, para ello se pidió la participación de psicólogos que analizaron cada pregunta del inventario y a partir de sus respuestas se analizaron a través del coeficiente V de Aiken en donde se encontró que todos los ítems presentan valores por encima de .80. Así mismo se calculó el coeficiente alfa de Cronbach para estimar la confiabilidad por consistencia interna, se halló un valor alfa de .93 a nivel total. Se concluyó que el instrumento cuenta con evidencia de validez y fiabilidad en población adulta de Lima.

3.6. Procesamiento de los datos

Para la recolección de la información se elaboraron de forma virtual los instrumentos. Para ello se utilizó la plataforma Google Form, en donde se incluyó el consentimiento informado. Seguidamente se envió los formularios por correo electrónico de los estudiantes pertenecientes a una universidad privada de Lima Sur, para que puedan responder las cuestiones. Cabe señalar que en el correo electrónico enviado se resaltó el objetivo de la investigación y el uso de los datos para fines

exclusivamente académicos. Las respuestas obtenidas de los participantes fueron almacenadas en una base de datos en Excel.

En cuanto al proceso de análisis estadístico se usó el programa SPSS V26 y el programa Jamovi 1.6. Para ello se inició revisando las propiedades psicométricas de las pruebas a través del Análisis Factorial Confirmatorio (evidencia de validez de estructura interna) y el cálculo del coeficiente alfa de Cronbach y el coeficiente omega de McDonald (fiabilidad por consistencia interna). Posteriormente se realizó la revisión de análisis estadístico descriptivo (promedio, mediana, moda, desviación estándar, asimetría, curtosis) del puntaje de las variables. Para el análisis estadístico inferencial se usó la prueba de normalidad de kolmogorov-Smirnov y el coeficiente de correlación de Spearman.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

4.1. Análisis de fiabilidad de las variables

4.1.1. Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico.

Evidencia de validez de estructura interna.

Tabla 3

Índice de bondad de ajuste del AFC de la prueba SISCO

Variable	X ²	gl	p	CFI	TLI	SRMR	RMSEA	IC 90% RMSEA	
								Inf	Sup
3 dimensiones	418	186	<.001	.843	.823	.071	.075	.073	.091

En la tabla 3 se observa los índices de bondad de ajuste del Análisis Factorial Confirmatorio (AFC). Se considera un buen ajuste del modelo cuando: TLI > .9, CFI > .9 y RMSEA y SRMR < .08 (Browne y Cudeck, 1993; Tabachnick y Fidell, 2007). Los resultados muestran un ajuste adecuado para el modelo de tres factores, con valores aceptables para el RMSEA = .075, SRMR = .071, CFI = .843 y TLI = .823.

Tabla 4

Cargas factoriales de la prueba SISCO

Factor	Indicator	P	Stand. Estimate
Est	1	<.001	.542
	2	<.001	.652
	3	<.001	.813
	4	<.001	.786
	5	<.001	.676
	6	<.001	.598
	7	<.001	.622
Sin	8	<.001	.702
	9	<.001	.786
	10	<.001	.774
	11	<.001	.741
	12	<.001	.682
	13	<.001	.647
	14	<.001	.698
Afr	15	<.001	.622
	16	<.001	.757
	17	<.001	.829
	18	<.001	.695
	19	<.001	.697
	20	<.001	.767
	21	<.001	.752

En la tabla 4 se valora que al agruparse los ítems en tres factores presentan cargas factoriales superiores a .5, coincidiendo con el modelo teórico de tres dimensiones del instrumento. Por lo tanto, se puede corroborar que el Inventario SISCO del Estrés Académico presenta evidencia de validez de estructura interna.

Confiabilidad por consistencia interna.

Tabla 5

Confiabilidad por consistencia de la prueba SISCO

Dimensiones	Alfa de Cronbach	Omega de McDonald
Estresores	.848	.850
Síntomas	.881	.882
Estrategias de afrontamiento	.886	.889

En la tabla 5 se encuentra los resultados de fiabilidad por consistencia interna de la prueba. Se aprecia que las dimensiones estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento presentan valores alfa de Cronbach por encima de .80, de igual manera se obtuvo valores omegas de McDonald superiores a .80. Por lo tanto, se puede decir que el Inventario SISCO del Estrés Académico presenta niveles altos de fiabilidad por consistencia interna.

Baremos.

Una vez corroborado que el instrumento cuenta con adecuadas propiedades psicométricas se procedió a realizar la tabla de baremo general para la medición de la variable estrés académico.

Tabla 6

Baremos de la prueba SISCO

Niveles	Percentil	Puntaje
Bajo	Pc 1 a 24	1 a 43 puntos
Medio	Pc 25 a 75	44 a 58 puntos
Alto	Pc 76 a más	59 a más puntos

4.1.2. Propiedades psicométricas del Inventario de Depresión de Beck BDI II

Evidencia de validez de estructura interna.

Tabla 7*Índice de bondad de ajuste del AFC de la prueba BDI II*

Variable	X ²	gl	p	CFI	TLI	SRMR	RMSEA	IC 90% RMSEA	
								Inf	Sup
1 dimensión	422	145	<.001	.882	.868	.057	.076	.063	.088

En la tabla 7 se observa los índices de bondad de ajuste del Análisis Factorial Confirmatorio (AFC). Se considera un buen ajuste del modelo cuando: TLI > .9, CFI > .9 y RMSEA y SRMR < .08 (Browne y Cudeck, 1993; Tabachnick y Fidell, 2007). Los resultados muestran un ajuste adecuado para el modelo de un solo factor, con valores aceptables para el RMSEA = .076, SRMR = .057, CFI = .882 y TLI = .868.

Tabla 8*Cargas factoriales de la prueba BDI II*

Factor	Indicator	P	Stand. Estimate
Depresión	1	<.001	.699
	2	<.001	.770
	3	<.001	.701
	4	<.001	.749
	5	<.001	.771
	6	<.001	.670
	7	<.001	.675
	8	<.001	.769
	9	<.001	.612
	10	<.001	.577
	11	<.001	.679
	12	<.001	.738
	13	<.001	.634
	14	<.001	.737
	15	<.001	.764
	16	<.001	.579
	17	<.001	.556
	18	<.001	.600
	19	<.001	.753
	20	<.001	.710
	21	<.001	.510

En la tabla 8 se aprecia que al agruparse los ítems en un solo factor presentan cargas factoriales superiores a .5, coincidiendo con el modelo teórico de un solo factor del instrumento. Por lo tanto, se puede corroborar que el Inventario de Depresión de Beck BDI II presenta evidencia de validez de estructura interna.

Confiabilidad por consistencia interna.

Tabla 9

Confiabilidad por consistencia interna de la prueba BDI II

Variable	Alfa de Cronbach	Omega de McDonald
Depresión	.946	.948

En la tabla 9 se encuentra los resultados de fiabilidad por consistencia interna de la prueba. Se aprecia que a nivel general el inventario presenta un valor alfa de Cronbach por encima de .80, de igual manera se obtuvo un valor omega de McDonald superior a .80. Por lo tanto, se puede decir que el Inventario de Depresión de Beck BDI II presenta un nivel alto de fiabilidad por consistencia interna.

Baremos.

Una vez corroborado que el instrumento cuenta con adecuadas propiedades psicométricas se procedió a realizar la tabla de baremo general para la medición de la variable depresión.

Tabla 10

Baremos de la prueba BDI II

Niveles	Percentil	Puntaje
Bajo	Pc 1 a 24	1 a 6 puntos
Medio	Pc 25 a 75	7 a 22 puntos
Alto	Pc 76 a más	23 a más puntos

4.2. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable

Tabla 11

Resultados descriptivos de las variables de estudio

	Estresores	Síntomas	Estrategias de afrontamiento	Estrés académico	Depresión
Media	21.22	18.27	23.53	50.95	16.81
Mediana	21	19	24	51.50	14.50
Moda	21	23	23	48	5
Desviación estándar	5.926	7.085	6.192	11.815	12.776
Asimetría	-.579	-.338	-1.028	-.069	1.166
Curtosis	1.565	.039	2.075	.198	.928

En la tabla 11 se aprecia los resultados descriptivos. El estrés académico presenta un promedio de 50.95, una mediana de 51.5, una moda de 48 y una desviación estándar de 11.8, así mismo los puntajes presentan una asimetría de tendencia negativa y una curtosis de tipo leptocúrtica. En cuanto a la variable depresión, la misma presenta un promedio de 16.81, una mediana de 14.5, una moda de 5 y una desviación estándar de 12.78, así mismo presenta una asimetría de tendencia positiva y una curtosis de tipo leptocúrtica.

Tabla 12

Niveles de estrés académico en los universitarios evaluados

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	33	22%
Medio	80	53.3%
Alto	37	24.7%
Total	150	100%

En la tabla 12 se aprecia que el 22% (33) de los universitarios evaluados presentan un grado bajo de estrés académico, el 53.3% (80) un nivel medio y el 24.7% (37) un nivel alto.

Tabla 13

Niveles de depresión en los universitarios evaluados

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	32	21.3%
Medio	84	56%
Alto	34	22.7%
Total	150	100%

En la tabla 13 se aprecia que el 21.3% (32) de los universitarios evaluados presentan un nivel bajo de depresión, el 56% (84) un nivel medio y el 22.7% (34) un nivel alto.

Tabla 14*Prueba de normalidad para las variables de estudio*

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	GI	Sig.
Estrés académico	.082	150	.015
Estresores	.112	150	.000
Síntomas	.077	150	.030
Estrategia de afrontamiento	.121	150	.000
Depresión	.136	150	.000

En la tabla 14 se encuentra los resultados de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para los puntajes de estrés académico y depresión, se halló valores de significancia estadístico $p < .05$ para ambas variables, por lo tanto, se puede afirmar que los puntajes de las variables depresión y estrés académico presentan una distribución no normal, justificando el uso de estadísticos no paramétricos. Para el proceso análisis de relación se utilizará el coeficiente de correlación de Spearman.

4.3. Contrastación de hipótesis

4.3.1. Hipótesis general

Tabla 15*Resultados de correlación entre estrés académico y depresión en los universitarios evaluados*

		Depresión
Estrés académico	Rho	.542
	p	.000
	n	150

En la tabla 15 se aprecia que el estrés académico presenta una correlación directa, de grado moderado y estadísticamente significativo con la depresión. Por lo tanto, se puede interpretar que, a mayor estrés académico, mayor depresión en los estudiantes evaluados, confirmándose la hipótesis general la cual afirma que existe relación entre estrés académico y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.

4.3.2. Hipótesis específica 1

Tabla 16

Resultados de correlación entre la dimensión estresores y depresión en los universitarios evaluados

		Depresión
Estresores	Rho	.255
	p	.002
	n	150

En la tabla 16 se aprecia que la dimensión estresores presenta una correlación directa, de nivel bajo y estadísticamente significativo con la variable depresión. Por lo tanto, se puede interpretar que, a mayor presencia de estímulos estresores, mayor depresión en los estudiantes evaluados, confirmándose la hipótesis específica 1 la cual afirma que existe relación entre la dimensión estresores y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.

4.3.3. Hipótesis específica 2

Tabla 17

Resultados de correlación entre la dimensión síntomas y depresión en los universitarios evaluados

		Depresión
Síntomas	Rho	.565
	p	.000
	n	150

En la tabla 17 se aprecia que la dimensión síntomas presenta una correlación directa, de nivel moderado y estadísticamente significativo con la variable depresión. Por lo tanto, se puede interpretar que, a mayor presencia de síntomas relacionados al estrés, mayor depresión en los estudiantes evaluados, confirmándose la hipótesis específica 2 la cual afirma que existe relación entre la dimensión síntomas y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.

4.3.4. Hipótesis específica 3

Tabla 18

Resultados de correlación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y depresión en los universitarios evaluados

		Depresión
Estrategias de afrontamiento	Rho	-.148
	p	.071
	n	150

En la tabla 18 se aprecia que la dimensión estrategias de afrontamiento presenta una correlación indirecta, de nivel muy bajo y estadísticamente no significativo con la variable depresión. Por lo tanto, no se pudo comprobar la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur, rechazándose la hipótesis específica 3.

CAPÍTULO V
DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y
RECOMENDACIONES

5.1. Discusiones

Se busco verificar la existencia de relación entre el estrés académico y la depresión en una muestra de 150 estudiantes de una universidad privada de Lima Sur. Seguidamente se discutirán los resultados.

Para el objetivo general se encontró que la variable estrés académico presenta una correlación directa, de grado moderado ($\rho=.542$) y estadísticamente significativo ($p<.05$) con la variable depresión, aceptándose la hipótesis general de trabajo. Por lo tanto, se puede interpretar que, a mayor estrés académico, mayor depresión, confirmándose la hipótesis general la cual afirma que existe relación entre estrés académico y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur. Otros estudios también han reportado relaciones directas y estadísticamente significativas entre estrés académico y depresión en universitarios a nivel nacional (Ibáñez, 2022; Palomino, 2021; Maquera, 2020) e internacional (Zhang et al., 2022; Deng et al., 2022; Hinojosa y Zubieta, 2021; Gajanan y Minchekar, 2018).

Estos resultados podrían explicarse según lo que mencionan Gutiérrez et al. (2010) quienes afirman que uno de los factores principales que guardan relación con el problema de la depresión es el estrés producido por las actividades de la universidad. Al respecto Fisher y Hood (1986) mencionan que los estudiantes en la universidad van sintiendo mucha presión por conseguir las calificaciones necesarias para aprobar las asignaturas de su carrera, y dicha exigencia involucra para ellos una adaptación que favorece la generación de estrés, exceso de preocupación, cansancio emocional y sentimientos de tristeza al percibir que no pueden cumplir con las actividades académicas, lo cual podría facilitar que experimenten cuadros depresivos y síntomas obsesivos.

Por lo tanto, se podría decir que ante aquellas situaciones donde el estudiante experimenta estrés académico por periodos largos, podría ocasionar un déficit de energía, desánimo o dificultad para concentrarse, todo ello debido a que la persona sentiría que no puede gestionar de forma eficaz las demandas externas durante su etapa universitaria, sintiéndose desorientado, afectando su estado de ánimo y facilitando la presencia de cuadros depresivos.

En cuanto al primer objetivo específico sobre la prevalencia de los niveles de estrés académico, se encontró que el 22% (33) de los universitarios evaluados presentan un nivel bajo de estrés académico, el 53.3% (80) un nivel medio y el 24.7% (37) un nivel alto. Estas cifras indicarían que cerca de un cuarto de los estudiantes evaluados mencionan como principales estresores la sobre carga de trabajo, el carácter y la exigencia de los docentes, poco tiempo y claridad para realizar las actividades, viéndose reflejado con la presencia de síntomas como fatiga, sentimientos de tristeza, exceso de preocupación, mal humor, problemas con los compañeros y desgano para realizar los trabajos académicos.

Mientras que, en Puno, Mercado (2021) halló que el 70.6% (n=153) de los estudiantes de medicina de una universidad nacional presentaron un moderado nivel de estrés académico y el 29.4% un nivel bajo. Y a nivel internacional, en Argentina, Kloster y Perrotta (2019) al evaluar a 163 estudiantes de una universidad pública de la ciudad de Paraná hallaron que el 11% presentan un nivel leve de estrés académico, el 85% un nivel moderado y solo el 4% un nivel profundo. Por lo tanto, se puede apreciar que el problema del estrés académico es recurrente en la población universitaria, lo cual debe ser tomado en cuenta por las autoridades de los centros de estudio para poder abordar dicha problemática.

En cuanto al segundo objetivo específico sobre la prevalencia de los niveles de depresión se encontró que el 21.3% (32) de los universitarios evaluados presentan un nivel bajo de depresión, el 56% (84) un nivel medio y el 22.7% (34) un nivel alto. Estas cifras indicarían que cerca de un cuarto de los estudiantes evaluados sienten con frecuencia sentimientos de tristeza, desanimo, pesimismo, sensación de fracaso, insatisfacción, culpa, periodos de llanto, entre otros indicadores relacionados a la depresión. Mientras que, en Lima Sur, Ayala (2020) describió los niveles de depresión en 102 estudiantes de psicología y de derecho encontrando que el 20.6% de los universitarios no presenta depresión, el 32.4% un nivel bajo, el 17.6% un nivel moderado y el 29.4% un nivel alto. Se puede apreciar que el problema de estados depresivos se estaría presentando en los universitarios de Lima Sur, motivando la necesidad de que las autoridades pertinentes realicen acciones para mitigar dicha problemática.

En relación al tercer y cuarto objetivo específico, se halló que las dimensiones estresores ($\rho=.255$; $p<.05$) y síntomas ($\rho=.565$; $p<.05$) presentan una relación directa de nivel bajo y moderado con la variable depresión en los estudiantes evaluados, así mismo las correlacionales fueron estadísticamente significativas, por lo tanto, se aceptó la primera y segunda hipótesis específica. Estos resultados indicarían que a mayor percepción de estímulos estresores (sobre carga de trabajo, el carácter y la exigencia de los docentes, poco tiempo y claridad para realizar las actividades), y mayores síntomas (fatiga, sentimientos de tristeza, exceso de preocupación, mal humor, problemas con los compañeros y desgano), habrá mayor presencia de depresión en los estudiantes.

Resultado similar fue reportado por Ibáñez (2022) quien, al evaluar a una muestra de 217 universitarios de la facultad de salud de una entidad privada en Lima,

halló que la variable depresión presentó correlaciones directas con las dimensiones estresores ($r=.382$; $p<.01$) y síntomas ($r=.609$; $p<.01$). Al respecto Gutiérrez et al. (2010) mencionan que:

El estrés académico es un factor que puede estar relacionado con la presencia de depresión en los estudiantes universitarios. Por ello resulta de suma importancia conocer la posible relación y así promover estrategias de intervención que puedan contrarrestar en alguna medida, los efectos del estrés académico que pudieran tener sobre la salud mental de la población estudiantil universitaria (p. 10).

Finalmente, para el quinto objetivo específico se halló que la dimensión estrategias de afrontamiento presenta una relación indirecta, de nivel muy bajo, pero estadísticamente no significativa ($\rho=-.148$; $p>.05$) con la variable depresión, por lo tanto, se rechazó la tercera hipótesis específica de trabajo. Resultado diferente fue reportado por Ibáñez (2022) quien, si halló una relación indirecta, de nivel bajo y estadísticamente significativa con la dimensión estrategias de afrontamiento ($r=-.259$; $p<.01$). Esta discrepancia entre los resultados encontrados con los resultados hallados por Ibáñez (2022) podrían indicar que no necesariamente las acciones que realizan los estudiantes para poder afrontar los eventos estresores se encuentran asociados a la presencia de depresión, o que en todo caso podría depender del tipo de estrategia que realice la persona para hacer frente al estrés académico.

5.2. Conclusiones

- A nivel general se encontró que la variable estrés académico presenta una correlación positiva, de nivel medio ($\rho=.542$) y estadísticamente significativo ($p<.05$) con la variable depresión, es decir cuando el estrés académico

aumenta, mayor presencia de depresión en los estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.

- En cuanto al primer objetivo específico sobre la prevalencia de los niveles de estrés académico, se halló que el 22% (33) de los universitarios evaluados presentan un nivel bajo, el 53.3% (80) un nivel medio y el 24.7% (37) un nivel alto.
- En cuanto al segundo objetivo específico sobre la prevalencia de los niveles de depresión se halló que el 21.3% (32) de los universitarios evaluados presentan un nivel bajo, el 56% (84) un nivel medio y el 22.7% (34) un nivel alto.
- En relación al tercer y cuarto objetivo específico, se halló que las dimensiones estresores ($\rho=.255$; $p<.05$) y síntomas ($\rho=.565$; $p<.05$) presentan una relación directa y de nivel bajo y moderado con la variable depresión. Por lo tanto, a mayor presencia de estresores y síntomas relacionados al estrés académico, mayor depresión en los estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.
- Finalmente, para el quinto objetivo específico se halló que la dimensión estrategias de afrontamiento presenta una relación indirecta, de nivel muy bajo, pero estadísticamente no significativa ($\rho=-.148$; $p>.05$) con la variable depresión.

5.3. Recomendaciones

- Replicar el estudio en alumnos de carreras técnicas ya que no se ha encontrado antecedentes nacionales e internacionales sobre la relación entre el estrés académico y la depresión en dicha población.

- Se recomienda ampliar la cantidad de participantes, para ello se podría incluir en la evaluación a estudiantes de otras universidades e institutos a nivel nacional para poder tener un panorama mayor sobre la relación entre ambas variables.
- A las autoridades de la universidad participante se sugiere la implementación de un plan de trabajo en conjunto con los docentes para enseñar a los estudiantes estrategias y competencias para afrontar o manejar el estrés académico, estas competencias podrían estar orientados a enseñar hábitos de estudio, gestión de las emociones, técnicas de relajación y realización de actividades deportivas.
- En relación a la presencia de estudiantes con niveles altos de depresión, se sugiere la implementación de actividades de abordaje de profesionales de la salud psicológica para que puedan realizar las acciones pertinentes para mitigar dicha problemática.
- Finalmente, se sugiere realizar investigaciones de tipo longitudinal, que puedan permitir un seguimiento sobre la presencia del estrés académico durante las actividades de los estudiantes, como también incorporar otras formas de recolectar información como la entrevista y la observación de conducta, con el objetivo de tener mayor información cualitativa sobre la problemática.

REFERENCIAS

- Álvarez, J., Aguilar, J. y Lorenzo, J. (2012). La ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios: Relaciones con variables personales y académicas. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 10(1), 333-354.
- Ayala, Y. (2020). *Creencias irracionales y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1674>
- Baldassin, S., Alves, T., Andrade, A. & Noqueira, L. (2008). The characteristics of depressive symptoms in medical students during medical education and training: a cross-sectional study. *BMC Medical Education*, 8(60), 1-8. <https://doi.org/10.1186/1472-6920-8-60>
- Barcelata, B., Durán, C. y Lucio, E. (2012). Valoración subjetiva de los sucesos de vida estresantes en dos grupos de adolescentes de zonas marginadas. *Salud Mental*, 35(6), 513-520.
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio de estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110-129.
- Barraza, A. (2018). *Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems*. Books-ECORFAN.
- Barraza-Macías, A. (2009). Estrés académico y burnout estudiantil. Análisis de su relación en alumnos de licenciatura. *Psicogente*, 2, 272-283.
- 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.
- Beck, A. (1991). Cognitive therapy: A 30-year retrospective. *American Psychologist*, 46, 368-375.

- Beck, A., Rush, A., Shaw, B. & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. Guilford.
- Brenlla, M. y Rodríguez, M. (2006). *Adaptación Argentina del Inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II)*. Paidós.
- Browne, M. y Cudeck, R. (1993). *Testing Structural Equation Models*. Sage.
- Caldera, J., Pulido, B. y Martínez, M. (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*, 7, 77-82.
- Calero, C., Palomino-Vásquez, K. y Moro, L. (2019). Depresión en adolescentes asociados a migración familiar, familia disfuncional y bullying en Huánuco 2018. *Revista Peruana de Investigación en Salud*, 3(4), 180-187. <https://doi.org/10.35839/repis.3.4.500>
- Castillo, C., Chacón, T. y Díaz-Véliz, G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica*, 5(20), 230-237.
- Casuso, M. (2011). *Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios* [Tesis de doctorado, Universidad de Málaga]. Repositorio de la Universidad de Málaga. <https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/4926/TD%20Maria%20Jesus%200%20Casuso%20Holgado.pdf?sequence=1>
- Cutrona, C., Russell, D. & Brown, P. (2005). Neighborhood context, personality, and stressful life events as predictors of depression among African American women. *Journal of Abnormal Psychology*, 114(1), 3-15. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.114.1.3>

- Cutrona, C., Wallace, G. y Wesner, K. (2006). Neighborhood characteristics and depression: An examination of stress processes. *Current Directions in Psychological Science*, 15(4), 188-192. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2006.00433.x>
- Deng, Y., Cherian, J., Khan, N., Kumari, K., Sial, M., Comité, U., Gavurova, B. y Popp, J. (2022). Family and Academic Stress and Their Impact on Students' Depression Level and Academic Performance. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 1-13. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.869337>
- Díaz, Y. y Jiménez, A. (2010). Estrés académico en adolescentes del nivel de enseñanza pre universitario. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83.
- Domingues, C., Devos, E., Tomaschewski, J., Lerch, V. y Marcelino, A. (2018). Stress triggers in the educational environment from the perspective of nursing students. *Texto & Contexto Enfermagem*, 27(1), 10-15.
- El-Gilany, A., Amr, M. y Hammad, S. (2008). Perceived stress among male medical students in Egypt and Saudi Arabia: effect of sociodemographic factors. *Annals of Saudi Medicine*, 28(6), 442-446.
- Encina, R., Meza, L. y Auchter, M. (2018). Estrés Académico percibido por estudiantes que finalizan el primer año de Licenciatura en Enfermería de la UNNE. *Revista Notas de Enfermería*, 18(32), 27-32.
- Escobar, E., Soria, B., López, G. y Peñafiel, D. (2018). Manejo del estrés académico; revisión crítica. *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo*, 2(3), 1-5.
- Eskin, M., Ertekin, K., Harlak, H. & Dereboy, C. (2008). Prevalence and factors related to depression in high school students. *Turk Psikiyatri Derg. Winter*, 19(4), 382-389.

- Fernández-Hileman, M., Corengia, A. y Durand, J. (2014). Deserción y retención universitaria: una discusión bibliográfica. *Pensando Psicología*, 10(17), 85-96.
- Fisher, S. y Hood, R. (1986). The stress of the transition to university: a longitudinal study of vulnerability to psychological disturbance and home-sickness. *The British Journal of Psychology*, 79, 1-13.
- Friedman, E. y Thase, M. (1995). *Trastornos del estado de ánimo*. Siglo XXI.
- Gajanan, R. & Minchekar, V. (2018). Academic stress and depression among college students. *International Journal of Current Research*, 10(12), 76429-76433. <https://doi.org/10.24941/ijcr.33132.12.2018>
- García, J. (2015). Tratamientos psicológicos eficaces para la depresión. *Psicothema*, 13(1), 493-510.
- García, P., Cano, L., López, S., Castillo, Y., Gutiérrez, G. y Jiménez, A. (2017). Nivel de estrés y consumo de alcohol en estudiantes universitarios. *Paraninfo Digital*, 11(27), 12-15.
- García-Ros, R., Pérez-González, F., Pérez-Blasco, J. y Natividad, L. (2012). Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44(2), 143-154.
- Goebert, D., Thompson, D., Takeshita, J., Beach, C., Bryson, P. & Ephgrave, K. (2009). Depressive symptoms in medical students and residents: a multi-school study. *Academic Medicine*, 84(2), 236-241.
- González, M. (2017). Respuesta al estrés académico en estudiantes universitarios de Asunción entre diciembre del 2015 y marzo del 2016: Una comparación entre carreras. *Revista Científica de la UCSA*, 4(3), 48-58. [http://dx.doi.org/10.18004/ucsa/2409-8752/2017.004\(03\)048-058](http://dx.doi.org/10.18004/ucsa/2409-8752/2017.004(03)048-058)

- Guadarrama, R., Márquez, O., Mendoza, S., Veytia, M., Serrano, J. y Ruiz, J. (2012). Acontecimientos estresantes, una cuestión de salud en universitarios. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(4), 1532-1547.
- Gutiérrez, H. y Amador, M. (2016). Estudio del estrés en el ámbito académico para la mejora del rendimiento estudiantil. *QUIPURAMAYOC*, 24(45), 23-28.
- Gutiérrez, J., Montoya, L., Toro, B., Briñón, M., Rosas, E. y Salazar, L. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *CES Medicina*, 24(1), 7-17.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. Mc Graw Hill.
- Hinestroza, 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://hdl.handle.net/10656/12780>
- Ibáñez, J. (2022). *Estrés académico y depresión en estudiantes de la facultad de salud de la universidad privada del norte- 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1793>
- Jiménez, L. (2010). Estrés en estudiantes de farmacia de la Universidad de Costa Rica. *Revista Actualidades Investigativas en Educación*, 10(2), 1-29. <http://dx.doi.org/10.15517/AIE.V10I2.10114>
- Kloster, G. y Perrotta, D. (2019). *Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná* [Tesis de pregrado, Universidad Católica Argentina]. Repositorio de la Universidad Católica Argentina. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/9774>

- Lemos, M., Henao, M. y López, D. (2018). Estrés y salud mental en estudiantes de medicina. Relación con afrontamiento y actividades extracurriculares. *Revista Archivos de Medicina*, 14(2), 1-8. [http://dx. doi.org/10.3823/1385](http://dx.doi.org/10.3823/1385)
- Lucio, R., Rapp-Paglicci, L. y Rowe, W. (2011). Developing an additive risk model for predicting academic index: School factors and academic achievement. *Journal of Child Adolescence and Social Work*, 28(2), 153-173. <https://doi.org/10.1007/s10560-010-0222-9>
- Malarvili, R. & Saroja, D. (2018). Academic Stress Among University Students: A Quantitative Study of Generation Y and Z's Perception. *Pertanika Journal Social Sciences & Humanities*, 26(3), 2115-2128.
- 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 de Puno]. Repositorio de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno. <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/13643>
- Mercado, Y. (2021). *Estrés académico y habilidades sociales en estudiantes de la facultad de medicina humana de una universidad nacional de Puno, 2020* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Puno]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Puno. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1935>
- Mosley, T., Perrin, S., Neral, S., Dubbert, P., Grothues, C. y Pinto, B. (1994). Stress, coping, and wellbeing among third-year medical students. *Academia Medica*, 69(9), 765-767.
- Napa, H. (2021). *Estrés y depresión en docentes de instituciones educativas nacionales del Callao* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú].

Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

<https://hdl.handle.net/20.500.13067/1537>

National Collaborating Centre for Mental Health. (2010). *Depression. The treatment and management of depression in adults*. The British Psychological Society.

Obregón-Morales, B., Montalván-Romero, J., Segama-Fabian, E., Dámaso-Mata, B., Panduro-Correa, V. y Arteaga-Livias, K. (2020). Factores asociados a la depresión en estudiantes de medicina de una universidad peruana. *Educación Médica Superior*, 34(2), 2-17.

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), 647-652. <https://doi.org/10.20511/pyr2021.v9n2.647>

Palomino, R. (2021). *Estrés académico y depresión en estudiantes universitarios de psicología de una universidad privada, Huamanga 2021* [Tesis de pregrado, Universidad de Ayacucho Federico Froebel]. Repositorio de la Universidad de Ayacucho Federico Froebel. <http://hdl.handle.net/20.500.11936/236>

Pardo, G., Sandoval, A. y Umbarila, D. (2004). Adolescencia y depresión. *Revista colombiana de psicología*, 13, 17-32.

Peña-Paredes, E., Bernal-Mendoza, L., Pérez-Cabañas, R., Reyna-Ávila, L. y García-Sales, K. (2018). Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de nivel Superior de la Universidad Autónoma de Guerrero. *Nure Investigación: Revista Científica de Enfermería*, 15(92), 2-8.

Pozos-Radillo, B., Preciado-Serrano, M., Acosta-Fernández, M., Aguilera-Velasco, M. y Delgado-García, D. (2014). Academic stress as a predictor of chronic stress in university students. *Psicología Educativa*, 20(1), 47-52.

- Pulido, M., Serrano, M., Valdés, E., Chávez, M., Hidalgo, P. y Vera, F. (2011). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicología y Salud*, 21(1), 31-37.
- Restrepo, J., Sánchez, O., Calderon, 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. *Salud y Drogas*, 18(2), 227-239.
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2015). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Universidad Ricardo Palma.
- Sánchez-Villena, A. (2018). Relación entre estrés académico e ideación suicida en estudiantes universitarios. *Eureka*, 15(1), 27-38.
- Silva-Ramos, M., López-Cocotle, J. y Columba, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83.
- Suárez, N. y Díaz, L. (2015). Estrés académico, deserción y estrategias de retención de estudiantes en la educación superior. *Revista de Salud Pública*, 17(2), 300-313. <http://dx.doi.org/10.15446/rsap.v17n2.52891>
- Tabachnick, B. y Fidell, L. (2007). *Using Multivariate Statistics* (5th ed.). Allyn and Bacon.
- Vargas, M., Talledo, L., Heredia, P., Quipe, S. & Mejia, C. (2018). Influence of Habits on Depression in the Peruvian Medical Student: Study in Seven Administrative Regions. *Revista Colombiana Psiquiatría*, 47(1), 32-36.
- Vázquez, F., Muñoz, R. y Becoña, E. (2000). Depresión: diagnóstico, modelos teóricos y tratamiento a finales del siglo XX. *Psicología Conductual*, 8(3), 417-449.
- Vogel, S. y Schwabe, L. (2016). Learning and memory under stress: implications for the classroom. *Science of Learning*, 1, 1-10.

- Waqas, A., Khan, S., Sharif, W., Khalid, U. & Ali, A. (2015). Association of academic stress with sleeping difficulties in medical students of a Pakistani medical school: a cross sectional survey. *Peer Journal*, 3, 1-11.
- Williams, S. y Cooper, L. (2004). *Manejo del estrés en el trabajo: Plan de acción detallado para profesionales*. El Manual Moderno.
- Zárate, N., Soto, M., Castro, M. y Quintero, J. (2017). Estrés académico en estudiantes universitarios: Medidas preventivas. *Revista de Alta Tecnología y la Sociedad*, 9(4), 92-98.
- Zhang, C., Shi, L., Tian, T., Zhou, Z., Peng, X., Shen, Y., Li, Y. y Ou, J. (2022). Associations Between Academic Stress and Depressive Symptoms Mediated by Anxiety Symptoms and Hopelessness Among Chinese College Students. *Psychol Psychology Research and Behavior Management*, 15, 547-556. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S353778>
- Zung, W. (1965). A self-rating depression scale. *Archives of general Psychiatry*, 12(1), 63-70.

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Problema	Objetivo	Hipótesis	Variable	Metodología
<p>Problema general</p> <p>• ¿Existe relación entre estrés académico y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur?</p>	<p>Objetivo general</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación entre estrés académico y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur. <p>Objetivos específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Describir los niveles de estrés académico en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur. • Describir los niveles de depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur. • Determinar la relación entre la dimensión estresores y la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur. • Determinar la relación entre la dimensión síntomas y la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur. • Determinar la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur. 	<p>Hipótesis general</p> <ul style="list-style-type: none"> • H₀: Existe relación entre estrés académico y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur. <p>Hipótesis específicas</p> <ul style="list-style-type: none"> • H₁: Existe relación entre la dimensión estresores y la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur. • H₂: Existe relación entre la dimensión síntomas y la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur. • H₃: Existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur. 	<p>Variable 1: Estrés académico</p> <p>Dimensiones: Estresores Síntomas Estrategias de afrontamiento</p> <p>Variable 2: Depresión</p>	<p>Tipo de estudio: Correlacional.</p> <p>Diseño de estudio: No experimental – transversal.</p> <p>Técnica: Encuesta.</p> <p>Población: La población se conformó por estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.</p> <p>Muestra: 150 estudiantes de diversas carreras.</p> <p>Instrumentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Inventario SISCO del Estrés Académico. • Inventario de Depresión BDI II de Beck.

Anexo 2: Primer instrumento
INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO

UNIVERSIDAD:

FACULTAD:

SEMESTRE:

EDAD:

SEXO:

INSTRUCCIONES: Señor o Señorita estudiante, el presente cuestionario tiene el objetivo de reconocer el estrés académico que suele acompañar a estudiantes y por otro lado saber que estrategias se utilizan para afrontar el estrés, agradeceré responder con sinceridad ya que su información será de gran utilidad para el trabajo de investigación que se pretende realizar, es completamente anónimo y confidencial.

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 “sí”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

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

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

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.						

Dimensión síntomas

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?

SINTOMAS	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.						

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 utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés?

SINTOMAS	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 preocupa.						

Anexo 3: Segundo instrumento

BDI-II

INSTRUCCIONES: Este cuestionario consiste en 21 grupos de afirmaciones. Por favor, lea con atención cada uno de ellos y, a continuación, señale cuál de las afirmaciones de cada grupo describe mejor el modo en el que se ha sentido DURANTE LAS DOS ÚLTIMAS SEMANAS, INCLUYENDO EL DÍA DE HOY. Rodee con un círculo el número que se encuentre escrito a la izquierda de la afirmación que haya elegido. Si dentro del mismo grupo, hay más de una afirmación que considere igualmente aplicable a su caso, señálela también. Asegúrese de leer todas las afirmaciones dentro de cada grupo antes de efectuar la elección.

1. Tristeza

- No me siento triste habitualmente.
- Me siento triste gran parte del tiempo.
- Me siento triste continuamente.
- Me siento tan triste o tan desgraciado que no puedo soportarlo.

2. Pesimismo

- No estoy desanimado sobre mi futuro.
- Me siento más desanimado sobre mi futuro que antes.
- No espero que las cosas mejoren.
- Siento que mi futuro es desesperanzador y que las cosas sólo empeorarán.

3. Sentimientos de Fracaso

- No me siento fracasado.
- He fracasado más de lo que debería.
- Cuando miro atrás, veo fracaso tras fracaso.

- Me siento una persona totalmente fracasada.

4. Pérdida de Placer

- Disfruto de las cosas que me gustan tanto como antes.
- No disfruto de las cosas tanto como antes.
- Obtengo muy poco placer de las cosas con las que antes disfrutaba.
- No obtengo ningún placer de las cosas con las que antes disfrutaba.

5. Sentimientos de Culpa

- No me siento especialmente culpable.
- Me siento culpable de muchas cosas que he hecho o debería haber hecho.
- Me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo.
- Me siento culpable constantemente.

6. Sentimientos de castigo

- No siento que esté siendo castigado.
- Siento que puedo ser castigado.
- Espero ser castigado.
- Siento que estoy siendo castigado

7. Insatisfacción con uno mismo.

- Siento lo mismo que antes sobre mí mismo.
- He perdido confianza en mí mismo.
- Estoy decepcionado conmigo mismo.
- No me gusta.

8. Auto-Críticas

- No me critico o me culpo más que antes.
- Soy más crítico conmigo mismo de lo que solía ser.
- Critico todos mis defectos.

- Me culpo por todo lo malo que sucede.

9. Pensamientos o Deseos de Suicidio

- No tengo ningún pensamiento de suicidio.
- Tengo pensamientos de suicidio, pero no los llevaría a cabo.
- Me gustaría suicidarme.
- Me suicidaría si tuviese la oportunidad.

10. Llanto

- No lloro más de lo que solía hacerlo.
- Lloro más de lo que solía hacerlo.
- Lloro por cualquier cosa.
- Tengo ganas de llorar continuamente, pero no puedo.

11. Agitación

- No estoy más inquieto o agitado que de costumbre.
- Me siento más inquieto o agitado que de costumbre.
- Estoy tan inquieto o agitado que me cuesta estar quieto.
- Estoy tan inquieto o agitado que tengo que estar continuamente moviéndome o haciendo algo.

12. Pérdida de Interés

- No he perdido el interés por otras personas o actividades.
- Estoy menos interesado que antes por otras personas o actividades.
- He perdido la mayor parte de mi interés por los demás o por las cosas.
- Me resulta difícil interesarme en algo.

13. Indecisión

- Tomo decisiones más o menos como siempre.
- Tomar decisiones me resulta más difícil que de costumbre.

- Tengo mucha más dificultad en tomar decisiones que de costumbre.
- Tengo problemas para tomar cualquier decisión.

14. Inutilidad

- No me siento inútil.
- No me considero tan valioso y útil como solía ser.
- Me siento inútil en comparación con otras personas.
- Me siento completamente inútil.

15. Pérdida de Energía

- Tengo tanta energía como siempre.
- Tengo menos energía de la que solía tener.
- No tengo suficiente energía para hacer muchas cosas.
- No tengo suficiente energía para hacer nada.

16. Cambios en el Patrón de Sueño.

- No he experimentado ningún cambio en mi patrón de sueño.
- Duermo algo más de lo habitual.
- Duermo algo menos de lo habitual.
- Duermo mucho más de lo habitual.
- Duermo mucho menos de lo habitual.
- Duermo la mayor parte del día.
- Me despierto 1 o 2 horas más temprano y no puedo volver a dormirme.

17. Irritabilidad

- No estoy más irritable de lo habitual.
- Estoy más irritable de lo habitual.
- Estoy mucho más irritable de lo habitual.
- Estoy irritable continuamente.

18. Cambios en el Apetito

- No he experimentado ningún cambio en mi apetito.
- Mi apetito es algo menor de lo habitual. Mi apetito es algo mayor de lo habitual.
- Mi apetito es mucho menor que antes.
- Mi apetito es mucho mayor de lo habitual.
- He perdido completamente el apetito.
- Tengo ganas de comer continuamente.

19. Dificultad de Concentración

- Puedo concentrarme tan bien como siempre.
- No puedo concentrarme tan bien como habitualmente.
- Me cuesta mantenerme concentrado en algo durante mucho tiempo.
- No puedo concentrarme en nada.

20. Cansancio o Fatiga

- No estoy más cansado o fatigado que de costumbre.
- Me canso o fatigo más fácilmente que de costumbre.
- Estoy demasiado cansado o fatigado para hacer muchas cosas que antes solía hacer.
- Estoy demasiado cansado o fatigado para hacer la mayoría de las cosas que antes solía hacer.

21. Pérdida de Interés en el Sexo

- No he notado ningún cambio reciente en mi interés por el sexo.
- Estoy menos interesado por el sexo de lo que solía estar.
- Estoy mucho menos interesado por el sexo ahora.
- He perdido completamente el interés por el sexo.

Anexo 4: Reporte de similitud de Turnitin

NOEMÍ AYALA TACUCHE 2

INFORME DE ORIGINALIDAD

20%	20%	7%	%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	7%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	3%
3	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	pt.scribd.com Fuente de Internet	1%
5	www.ti.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	www.researchgate.net Fuente de Internet	1%
7	comunicacion-cientifica.com Fuente de Internet	<1%
8	1library.co Fuente de Internet	<1%
9	repository.ucc.edu.co Fuente de Internet	<1%