

UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO

FACULTAD DE ENFERMERÍA



TESIS

“Estrés académico en las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, 2023”

PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Enfermería

INVESTIGADORAS:

Bach. Enf. Esquen Cercado, Daniela Abigail

Bach. Enf. Juárez Ynoñan, Shirley

ASESORA:

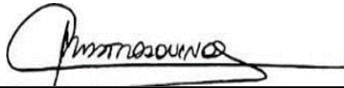
Dra.: Nora Elisa, Sanchez de Garcia

Lambayeque, 2024

APROBADO POR



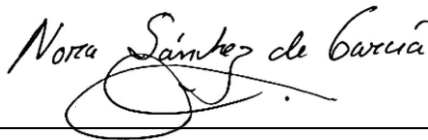
Dra. Rosa Candelaria Alcalde Montoya
Presidenta



Dra. Rosario Clotilde Castro Aquino
Secretaria



Mg. Cruz Marcelina Polo Campodónico
Vocal



Dra. Nora Elisa Sanchez de Garcia
Asesora

ORCID: 0000-0001-7508-557X

COPIA DE ACTA DE SUSTENTACIÓN

00038



UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO FACULTAD DE ENFERMERÍA

Acreditada con Resolución N° 110-2017-SINEACE/CDAH-P

DECANATO



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE LICENCIADO EN ENFERMERÍA

Libro de Actas N° 01 Expediente N° 420-2024-D-FE Folio N° 038
Graduado: Esquén Cercado Daniela Abigail y Juárez Ynoñán Shirley

En la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo - Lambayeque, a los 12 días del mes de marzo de 2024 a horas 9:00 am se reunieron los señores Miembros del Jurado designados mediante Decreto N° Resolución 252-2023-D-FE

Presidente: Dra. Rosa Candelario Alcalde Montoya

Secretario: Mg. Rosalía Clotilde Castro Aguino

Vocal: Mg. Cruz Marcelina Polo Campodónico

Encargados de recepcionar y dictaminar el trabajo de Tesis titulado: "Estrés académico en las internas de Enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, 2023".

patrocinado por la profesora:
Mg. Nora Elisa Sánchez de García

la(s) bachiller(es) en enfermería:
Esquén Cercado Daniela Abigail
Juárez Ynoñán Shirley

optar el TÍTULO DE LICENCIADO EN ENFERMERÍA.

Sustentado el trabajo de tesis, formuladas las preguntas por parte de los señores Miembros del Jurado, dadas las respuestas y aclaraciones por el (los) sustentante(s) y el patrocinador, el jurado, después de deliberar declaró APROBADO por UNANIMIDAD la tesis con el calificativo de MUY BUENO (19) debiendo consignarse en las copias definitivas las sugerencias hechas en la sustentación.

Terminado el acto levantó la presente Acta y para mayor constancia firman los que en ella intervinieron.

Mu.
PRESIDENTE

C. Polo
VOCAL

Rosalía Castro
SECRETARIO

Nora Sánchez de García
PATROCINADOR

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo, Dra. Nora Elisa Sánchez de García, docente asesora de la tesis de Bach. Enf. Esquen Cercado Daniela Abigail y Bach. Enf. Juárez Ynoñan Shirley, titulada “Estrés académico en las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, 2023”, después de la revisión de esta investigación, se comprobó que tiene un índice de similitud de 15% verificable en el reporte del programa Turnitin.

Se concluye que las coincidencias descubiertas no constituyen plagio. A mi interpretación y conocimiento, el informe de tesis cumple con las normas establecidas de citas y referencias Vancouver establecidas por la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo.

Lambayeque, 14 de marzo del 2024



Mg. Nora Elisa, Sánchez de García

Asesora

ORCID: 0000-0001-7508-557X

Se adjunta:

- Recibo digital de Turnitin (Anexo 05)
- Resumen del reporte de Turnitin (Anexo 06)

DEDICATORIA

A Dios todopoderoso, por ser nuestro guía espiritual en la vida.

A nuestros progenitores, por habernos inculcado valores, principios que rigen nuestro actuar y por su motivación para seguir adelante, quienes constantemente nos apoyaron con su espíritu alentador, contribuyendo incondicionalmente para lograr nuestras metas.

Daniela y Shirley

AGRADECIMIENTO

A Dios, por permitirnos concluir con éxito el presente estudio.

A nuestros padres, por su respaldo absoluto en este proceso de formación profesional.

A la asesora, Mg. Nora Elisa Sánchez De García, por darnos la posibilidad de transmitirnos sus conocimientos y habilidades científicas.

A las personas que aceptaron participar, sin ellas no hubiera sido posible esta investigación.

Daniela y Shirley

ÍNDICE

HOJA DE FIRMA DE LOS JURADOS	i
ACTA DE SUSTENTACIÓN	ii
CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD	iii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
RESUMEN	01
ABSTRACT	02
INTRODUCCIÓN	03
CAPÍTULO I: DISEÑO TEÓRICO	06
1.1. Antecedentes	06
1.2. Bases teóricas	08
1.3. Bases Conceptuales	17
CAPÍTULO II: DISEÑO METODOLÓGICO	20
2.1. Diseño de contrastación de hipótesis	20
2.2. Población y muestra	21
2.3. Técnicas, instrumentos, equipos y materiales	22
2.4. Método de procesamiento de la información	23
2.5. Principios éticos	24
CAPÍTULO III: RESULTADOS	25
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN	28
Conclusiones	39
Recomendaciones	40
Referencias	41
Anexos	
Anexo 01: Validación del contenido del cuestionario	
Anexo 02: Prueba de confiabilidad del Alfa de Cronbach	
Anexo 03: Consentimiento informado	
Anexo 04: Cuestionario SISCO adaptado	
Anexo 05: Recibo digital de Turnitin	
Anexo 06: Resumen del reporte de Turnitin	

RESUMEN

Objetivo: identificar el nivel de estrés académico de las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, 2023. **Método:** investigación cuantitativa, descriptiva, transversal y prospectiva; cuya población estuvo constituida por 53 internas, matriculados en el ciclo 2023- II. Para recolectar los datos se utilizó el cuestionario virtual SISCO adaptado por las autoras y validado por juicio de cuatro expertos, con una confiabilidad de 0.922 según Alfa de Cronbach, a partir de resultados de prueba piloto en 10 internas. Se tuvieron en cuenta los principios éticos del Informe Belmont durante el proceso de investigación. **Resultados:** el nivel de estrés académico en las internas fue medio en 53%, alto en 4% y bajo en 43%. La reacción física más frecuente fue la fatiga en 36%, las reacciones psicológicas con mayor porcentaje fueron ansiedad, angustia 32% y la reacción comportamental que siempre se presentó fue el aumento o reducción del consumo de alimentos en un 21%. **Conclusiones:** el estrés académico obtenido resulta preocupante pues más del 50% de internas lo presentan, existiendo mayor prevalencia de nivel medio, aspecto que debe tomarse en cuenta pues puede generar factores negativos que alteraría el rendimiento académico y el cuidado brindado a la persona.

Palabras claves: estrés académico, estudiantes de enfermería, nivel de estrés (DeCS).

ABSTRACT

Objective: to identify the level of academic stress of nursing interns of a national university of Lambayeque, 2023. **Method:** quantitative, descriptive, cross-sectional and prospective research; whose population consisted of 53 interns, enrolled in the 2023-II cycle. The SISCO virtual questionnaire adapted by the authors and validated by the judgment of four experts was used to collect data, with a reliability of 0.922 according to Cronbach's Alpha, based on the results of the pilot test in 10 interns. The ethical principles of the Belmont Report were taken into account during the research process. **Results:** the level of academic stress in the inmates was medium in 53%, high in 4% and low in 43%. The most frequent physical reaction was fatigue in 36%, the psychological reactions with the highest percentage were anxiety, anguish 32% and the behavioral reaction that always occurred was the increase or reduction of food consumption in 21%. **Conclusions:** the academic stress obtained is worrisome since more than 50% of the interns present it, with a higher prevalence of medium level, an aspect that should be taken into account since it may generate negative factors that would alter academic performance and the care provided to the person.

Key words: academic stress, nursing students, stress level (DeCS).

INTRODUCCIÓN

La Organización Panamericana de la Salud (OPS), indica que el estrés se ha convertido en un problema de gran magnitud, es considerado como la epidemia silenciosa del Siglo XXI, afecta a las diversas etapas de vida, ya que existen muchos desafíos y diversas circunstancias que superan las propias capacidades o mecanismos de afrontamiento de la persona para hacer frente a los mismos (1, 2). No están exentos de ello los universitarios de ciencias de la salud, en especial durante el último año de su formación pues se enfrentan a diferentes situaciones estresantes, entre ellas las originadas en el ámbito académico; al realizar el internado.

En la investigación realizada en México, en el 2023 por Peralta C. (3) los resultados del estudio revelaron un nivel alto de estrés en estudiantes universitarios equivalente a un 60% de la población en estudio, afirmándose que las profesiones de ciencias de la salud dentro de ellas enfermería, es considerada como una de las ramas que presentan niveles altos de estrés desde su formación universitaria.

Matamoros C. Reyes N (2), encontró los siguientes resultados en un estudio realizado en dieciséis internos de enfermería de los servicios hospitalarios en Tumbes- Perú: 44% presentaba un nivel medio de estrés, 25% alto y 31% bajo; concluyendo que el internado es una etapa de formación de los estudiantes de enfermería, donde realizan prácticas pre profesionales de manera más autónoma, lo que genera cambios en su vida personal y pre profesional, circunstancias que pueden generar síntomas de estrés.

Por otro lado, en la región Lambayeque, en el 2020, Rojas A (4), encontró nivel alto de estrés en internos de enfermería, generando manifestaciones relacionadas con la dimensión física en 59.7% de la población estudiada y dentro de ellas, con mayor frecuencia trastornos en el sueño generado por la excesiva cantidad de horas diarias empleadas en las prácticas clínicas.

Hoy en día, el estrés es uno de los problemas de salud más común en la población y las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, no son la excepción, ellas son también una población vulnerable al estrés, pues se enfrentan a un proceso de adaptación al nuevo entorno práctico, en el que al desarrollar el internado comunitario proporcionan cuidados holísticos no sólo a la persona, sino a la familia y comunidad, y en el internado hospitalario al cuidar a la persona hospitalizada en los servicios de: medicina, cirugía, emergencia, ginecología y pediatría de establecimientos de salud del Nivel de Atención II y III; basadas en intervenciones que están establecidas en el Modelo de Cuidado Integral por Curso de Vida para la Persona, Familia y Comunidad; además durante esta etapa formativa también se debe desarrollar y fortalecer las competencias en investigación, gestión y educación, demandándoles mayor tiempo del que ya dedican al cuidado (5).

Es así, que frente al desafío que demanda lograr las competencias del internado, el estudiante podría estresarse, debido a la alta exigencia que presenta, desde el inicio hasta el fin de este periodo formativo, incrementándose aún más al fin de ciclo, por la preocupación de presentar a tiempo el informe del proceso enfermero, desarrollar e informar la actividad de Servicio Social y el informe de tesis para la obtención del título profesional. Es importante resaltar que a pesar de contar con una coordinadora docente y tutora que monitorea este proceso, el asumir diferentes roles propios de sus competencias en las instituciones de salud donde están realizando su internado y en las diferentes estrategias sanitarias o servicios, actuando ante situaciones impactantes de salud que tendrán que vivenciar, todo su ser responde física, psicológica y comportamentalmente por el aumento del estrés.

Lazarus R. Folkman S. citado por Pérez A. (6) definen al estrés como el resultado de una interacción entre las características específicas de las personas, las valoraciones cognitivas, el entorno que contienen los factores estresantes y los recursos disponibles con los que cuenta; es por ello que

tomando como referencia lo descrito, las autoras consideran al estrés que presentan las internas de enfermería como situaciones que exceden sus propios recursos personales para el manejo del mismo.

Así, las investigadoras del presente estudio, tuvieron la oportunidad de escuchar manifestaciones entre sus compañeras como: *“No puedo más, estamos demasiado agotadas”, “...me siento muy estresada con el internado ya que tenemos que presentar muchos trabajos”, “El informe del proceso enfermero me estresa demasiado....”, “A veces me ganan las emociones negativas cuando estoy frente a un caso nuevo y me estreso muy rápido”, “Algunas enfermeras del servicio son muy estrictas, esto genera en mí estrés”, “... algunos servicios del hospital, son muy sobrecargados, hay mucha demanda y eso incrementa el estrés”.*

Por lo antes mencionado se formula el siguiente problema de investigación ¿Cuál es el nivel de estrés académico de las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, 2023?, el objetivo general fue identificar el nivel de estrés académico de las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, 2023 y los objetivos específicos fueron: identificar las reacciones físicas, psicológicas, comportamentales de estrés académico más frecuentes de las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, 2023.

El objeto de la presente investigación fue el nivel de estrés académico de las internas de enfermería de una universidad nacional, definido por las autoras como: el grado de intensidad con la que la interna de enfermería experimenta el estrés académico y las reacciones más frecuentes en el aspecto físico, psicológico y comportamental, que se presenta cuando los estresores del internado exceden los recursos de adaptación de los estudiantes (7).

La relevancia social de los resultados radica en que al identificar el nivel de estrés al que están sometidas las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque; busquen estrategias de

afrontamiento para prevenir o aliviar el mismo y así puedan superarlo con éxito. Esto a su vez permitirá que en un clima de mayor calma logren alcanzar el perfil de competencias que les permita brindar un cuidado humanizado, holístico a la persona, familia y comunidad; empezando por su propio autocuidado. Además, permiten sugerir estrategias para que la Facultad de Enfermería, escenario del estudio, diseñe programas para la gestión del estrés, ayudando a las estudiantes a controlar su nivel de estrés académico durante el desarrollo del internado.

El presente informe está estructurado en cuatro capítulos, el primero hace referencia a la base teórica (antecedentes, bases teóricas, bases conceptuales), el segundo es el método (diseño de contrastación de hipótesis, población, muestra, técnicas, instrumentos, equipos y materiales, método de procesamiento de la información, principios éticos), el tercer capítulo resultado y cuarto capítulo discusión.

I. DISEÑO TEÓRICO

1.1. Antecedentes

1.1.1. A nivel internacional:

Chicaiza J. Mueses A (8) en un estudio de enfoque cuantitativo, descriptivo y transversal realizado en Ecuador en el 2021, determinó el nivel de estrés en internos rotativos de enfermería en tiempo de pandemia, en una muestra de 86 internos y se obtuvo como resultados, que el promedio de estrés fue: 68% alto, 31% medio, 1% de nivel bajo, concluyendo que la alta sobrecarga laboral y académica, afectó su salud física, mental, alteró su vida personal y profesional.

1.1.2. A nivel nacional:

Franco E. (9) realizó un estudio cuantitativo, descriptivo, no experimental y transversal, en Lima en el 2022, para determinar el nivel de estrés en internos de enfermería en un hospital público, obtuvo como resultados que de una muestra de 62, como resultado obtuvieron 18% presentaron nivel

alto, 52% medio y 31% nivel bajo de estrés, concluyendo que generalmente los internos se preocupan por el temor de la administración de medicamentos al paciente y las diferencias significativas de las enseñanzas en la universidad y la realidad práctica.

Matamoras C. Reyes N. (2) realizó un estudio con enfoque cuantitativo descriptivo simple, en Tumbes en el 2019, para identificar el nivel de estrés en internos de enfermería del Hospital Regional JAMO II-2; obteniendo como resultados que el 44% de una muestra de 16 internos presenta estrés medio, 31% bajo y 25% alto; con respecto a la manifestación psicológica se encontró un 69%, en la manifestación fisiológica y conductual 50%. Concluyó que el estrés constituye una amenaza para el interno de enfermería y para las personas que requieren los cuidados.

Arrarte D (7), en su estudio cuantitativo, descriptivo, de corte transversal, realizado en Lima en el 2019, determinó el nivel de estrés en internos de enfermería en un Hospital de Callao, obtuvo como resultados que en la muestra de 50 internos, el 4% presentaron nivel alto, 74% medio y 22% bajo, en el nivel de estrés; en referencia a la dimensión física se encontró los niveles: alto 28%, medio 46% y bajo 26%; en cuanto a la dimensión psicológica: alto 20%, medio 66% y bajo 14%, concluyó que, durante el internado, se presentan diversas situaciones que exceden los recursos por lo que los estudiantes deben superar.

1.1.3. A nivel local

Rojas E. (4) realizó una investigación con enfoque cuantitativo descriptivo, en Lambayeque en el 2019, cuyo objetivo fue determinar el nivel de estrés en estudiantes de enfermería del último año de formación profesional, los resultados mostraron que 10.4% de una muestra de 67, presentaron nivel bajo, 29.9% medio y 59.7% nivel alto de estrés, en cuanto a las manifestaciones físicas de estrés se presentaron: trastornos en el sueño 68,7%; dolores de cabeza 49,3%; morderse las uñas 55,2% con la frecuencia de siempre. En la dimensión Psicológica se presentó: inquietud

en 58,2% y agresividad en 55,2%. En la dimensión comportamental se encontró: aislamiento en 56,7%, aumento o reducción del consumo de alimentos en 43,3%. Concluyendo que, durante el último año de formación del internado, los estudiantes demuestran niveles altos de estrés, por lo que se debe ir adaptando a la práctica clínica y comunitaria.

1.2. Bases teóricas

La Organización Mundial de la Salud (OMS) conceptualiza *al estrés* como una serie de respuestas fisiológicas que preparan al cuerpo para la acción. En general es un sistema de señalización biológica que es necesario para sobrevivir, asimismo cualquier situación diferente que ocurra, puede causar estrés dependiendo del estado físico y psíquico de cada estudiante (10).

Así mismo Lazarus R. y Folkman S. citado por Sotomayor G. (11), definen al estrés como un conjunto de relaciones entre su evaluación de una situación y su capacidad para afrontarla. Estas condiciones crean estrés y manifestaciones cognitivas, emocionales y conductuales que afectan el bienestar de las personas ante un posible peligro real o imaginario, así el estrés tiene una función adaptativa para restablecer el equilibrio ante nuevas condiciones.

Hernández C. citado por Sotomayor G. (11), define al estrés como un estado emocional, resultado de la incapacidad de la persona para enfrentar las exigencias externas; que produce síntomas como dolor muscular, temblores, sudoración en miembros superiores, inquietud, piel pálida, escalofríos, entre otros.

Tomando como referencia las definiciones expuestas las investigadoras concluyen que el estrés es una serie de respuestas físicas, psicológicas y comportamentales para enfrentar las exigencias del entorno y previenen al organismo para actuar ante ciertas situaciones estresantes (10, 11, 11).

Por otro lado, según Orlandini, citado por Kloster G, Perrotta F (13),

clasifica al estrés en dos tipos, eustrés y distrés. El primero hace referencia a una respuesta psicofisiológica agradable, gratificante, que provoca activación y estimulación con resultados positivos, generando satisfacción en la persona, lo cual implica que es capaz de enfrentar la situación, pero que no sobrepasan sus recursos. Sin embargo, el distrés es considerado como una experiencia desagradable y frustrante, donde la situación sobrepasa los recursos, lo cual limita la respuesta efectiva, produciendo una respuesta desapacible junto a sensaciones y pensamientos que producen incomodidad.

En cuanto *al estrés académico*, García M. citado por Escobar E. et al (14), lo define como los “procesos cognitivos y afectivos que permiten a los estudiantes percibir el impacto que causan los estresores académicos”, donde los estudiantes deben superar las exigencias que demandan la problemática.

Por otro lado, Barraza citado por Venancio G. (15), mencionan al estrés académico como “un proceso adaptativo y psicológico que puede presentarse cuando el alumno se encuentra sometido a demandas valoradas como estresores que producen un desequilibrio sistémico manifestándose mediante una serie de síntomas obligando a los estudiantes a optar por algunas medidas de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico”.

Las investigadoras basándose en las definiciones anteriores definen al estrés académico, como una serie interrelaciones entre el motivo estresante y la capacidad para hacerle frente, que genera respuestas cognitivas, emocionales y conductuales, afectando el bienestar al producir un desequilibrio sistémico (13, 14, 15).

Barraza A. (16) señala que el desequilibrio sistémico producido por el estrés genera *reacciones físicas, psicológicas y comportamentales* que se pueden observar y detectar. Es así que se mencionan las más frecuentes:

Reacciones físicas: son las respuestas que abarcan la reacción innata del

cuerpo como:

Somnolencia: es un trastorno del sueño, que se manifiesta por la tendencia de quedarse dormida frente a situaciones del internado que debería estar despierta, siendo poco manejable ante cualquier situación e incluso de alto nivel de alerta (17, 18).

Fatiga: es una consecuencia del despliegue de energía física e intelectual en el ámbito académico, se caracteriza por el cansancio constante, abrumador, además está relacionada con dolores músculo-esqueléticos y sueño (19).

Dolores de cabeza: ocasionados porque el problema supera o desborda las fuerzas del estudiante, se presenta el dolor como respuesta física al estrés emocional que sufre cuando atraviesa un momento que desborda sus recursos (20). Generado por diversos factores: como las preocupaciones, miedos, exceso de trabajo, insomnio, ya que el organismo se encuentra en un estado de alerta, por la alta secreción de la hormona que prepara para la huida, siendo la adrenalina (21).

Problemas de digestión: durante el estrés, el cortisol se libera en la sangre lo que afecta la digestión y la absorción de los alimentos, el estrés afecta las fluctuaciones en la motilidad intestinal, provoca cambios en las secreciones gastrointestinales; la mucosa del tracto gastrointestinal reduce la capacidad de cicatrización, así como la circulación sanguínea en la mucosa e intolerancias y alergias derivadas de desequilibrios de la flora intestinal, como dolores abdominales, diarreas, cólicos y náuseas (22).

Rascarse, morderse o frotarse las uñas: se trata de un comportamiento prácticamente inconsciente, es uno de los hábitos nerviosos más comunes entre los estudiantes que sufren estrés y ansiedad, además es una indicación de que está nervioso, tenso y estresado (23).

Somnolencia: incapacidad para permanecer despierto y alerta durante el

día, en el cual se presentan sucesos de duración larga, provocando periodos involuntarios de sueño, así mismo también es considerado un tipo de disomnia, al igual que los trastornos para iniciar o mantener el sueño normal (24).

Reacciones psicológicas se refieren a los síntomas relacionados con la función emocional y cognoscitiva de la persona (13). Entre ellas:

Inquietud: definida como un estado de nerviosismo que se produce ante una determinada situación, con respecto al ámbito académico, aquí el estudiante es incapaz de relajarse, ya que hay algo que le genera intranquilidad (25).

Sentimientos de depresión y tristeza: En un patrón complejo de características psicológicas, inconscientes, que se expresan de forma automática, afecta las funciones cognitivas y genera malestar psicológico alterando el rendimiento académico, los síntomas más comunes es la pérdida del interés, fatiga excesiva y disminución de la vitalidad (26).

Ansiedad, angustia o desesperación: son reacciones que se presentan cuando existen preocupaciones y miedos intensos, excesivos y persistentes sobre situaciones diarias, además son respuestas normales del organismo ante un peligro inminente, que genera alerta frente a posibles amenazas, si no se controlan a tiempo se convierten en intensas o frecuentes (27).

Problemas de concentración: son las dificultades para fijar la atención al no poder concentrarse en un tema en particular, o que se necesite más tiempo para realizar una acción, esto puede generar un bajo rendimiento (28).

Problemas de memoria: es una serie de olvidos reiterados de la vida diaria que genera desconfianza en relación a sus propias capacidades intelectuales (29).

Reacciones conductuales: son aquellos que se relacionan con el comportamiento de la persona como (13):

Tendencia a generar conflictos: consiste en la tendencia a polemizar conflictos entre los compañeros del aula, pasando por encima de las reglas y normas, se manifiesta con sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad (30).

Aislamiento: es una evitación o retirada parcial o total al contacto con otras personas o actividades (31).

Desgano: es la falta de interés o disminución de intensidad por las cosas que se realizan, relacionado con las internas de enfermería, puede ser la falta de motivación para realizar las actividades propias del quehacer durante el internado (32).

Aumento o reducción del consumo de alimentos: el estrés puede ocasionar alteraciones de la conducta alimentaria, como ingerir compulsivamente alimentos o disminución del apetito; como respuesta al estrés, es necesario consumir alimentos que estimulan a nuestro organismo a producir endorfinas y serotoninas que crean una sensación de estrés placentera y compensatoria (33).

Cabe indicar que *el nivel de estrés*, es definido como la intensidad con la que los estudiantes experimentan los síntomas, se evalúa en una escala cuantitativa, que comprende las categorías de bajo, medio, y alto (34).

Existen múltiples *situaciones estresantes*, según Bedoya L. Matos L. Zelaya E., citado por Dueñas H. et al. (34). dentro del ámbito académico universitario, entre ellas.

- Competitividad grupal: competencia entre pares para la clasificación de méritos y habilidades durante la práctica comunitaria y hospitalaria.
- Evaluaciones: las evaluaciones son generadores potencialmente de estrés, ya que se sienten ansiosos antes del examen por miedo a reprobar

las calificaciones.

- Sobrecargas de tareas: las diferentes tareas asignadas en el sílabo del internado, como la presentación del informe del proceso enfermero de un caso específico, proyectos de servicio social, ejecución de tesis, entre otros, que generan tensión en las internas.
- Exposición de trabajos: pueden generar temor al hablar en público, ya que se pueden poner nerviosos por usar palabras incorrectas u olvidarse del tema.
- Tiempo limitado para hacer el trabajo: se establece un tiempo específico para la presentación de tareas.

Es necesario mencionar también las *fases del estrés* que según Davis S. Palladino J. citado Ospina A, se dividen en tres: (35).

Fase de alarma o de alerta: en esta fase el hipotálamo activa las glándulas suprarrenales, lo que generan adrenalina, esta sustancia se libera al torrente sanguíneo proporcionando energía a todo el organismo, se caracteriza por taquicardia y taquipnea (35).

Fase de resistencia: se activa las glándulas suprarrenales, que segregan cortisol, esta sustancia mantiene los niveles altos de glucosa en sangre, con la finalidad de prepararnos para afrontar el agente estresor (35).

Fase de agotamiento: se caracteriza por alta capacidad de respuesta, pero cuando esta situación se mantiene puede expresar disminución de la capacidad cognitiva, está a su vez genera falta de concentración, de memoria y conductas ansiosas (35).

En la Facultad de Enfermería de la universidad nacional de Lambayeque durante el noveno y décimo ciclo se desarrolla el internado comunitario y hospitalario, con una duración de 600 horas por semestre, con un valor académico de 18 créditos; donde los estudiantes integran y profundizan los conocimientos científicos y tecnológicos, cuidando holísticamente a la persona, familia y comunidad siendo supervisada por una enfermera tutora

del servicio asignada por la jefatura correspondiente; quien orienta sobre las actividades, supervisa, controla el cumplimiento de rotaciones, maneja indisciplinas o relacionados con faltas, evalúa actividades mediante el instrumento de evaluación y coordinan el programa de educación para la salud (36).

Los estudiantes adquieren experiencia en el cuidado individual, familiar y comunitario, teniendo en cuenta el Modelo de Atención Integral por Curso de Vida establecido por el Ministerio de Salud (5), además de otras normas aplicables en materia del internado comunitario y hospitalario. Cabe recalcar que el desarrollo del internado es de suma importancia, ya que implica introducir a los estudiantes en su profesión guiando cuidadosamente el proceso; fortaleciendo y complementando sus conocimientos, de esta manera adquieren mayores habilidades y destrezas, para un desempeño idóneo.

Las competencias que fortalecerá el estudiante de enfermería durante el internado son: brindar cuidado holístico con criterio técnico, científico, humanístico y ético; evidenciar habilidades gerenciales, potenciar el logro de misión y visión de la institución donde realiza el internado; desarrollar programas de educación para la salud, ejecutar el proyecto de tesis aprobado por la Unidad de Investigación (36).

Las investigadoras definen conceptualmente al nivel de estrés académico en las internas de enfermería como la intensidad de los síntomas físicos, psicológicos y comportamentales, que experimentan frente a situaciones estresantes que exceden sus recursos (14, 15, 16).

La teoría de enfermería que sustenta el presente estudio es la perteneciente a Callista Roy, quien en el modelo de adaptación “Roy Adaptation Model (RAM)”, establece que las personas tienen propias respuestas adaptativas que benefician la integridad y ayudan a lograr la supervivencia y superar los retos que se generan frente a situaciones estresantes durante el cuidado de la salud de las personas (37).

Los niveles de adaptación propuestos por Callista Roy, citada por Raile M. (38) son los siguientes:

Nivel de adaptación integrado: abarca estructuras y funciones de los procesos vitales, para satisfacer las necesidades humanas se activan niveles adaptativo, compensatorios, mecanismos regulatorios y cognitivos, y como resultado del desafío de un proceso integrado que busca una respuesta adaptativa, intenta restaurar la organización del sistema, el nivel adaptativo se ve amenazado: cuando la respuesta sucede en este caso, ninguno de los mecanismos anteriores es suficiente, provocando problemas de adaptación y estrés (38).

Un estímulo es cualquier factor que provoca una respuesta, los cuales pueden ser provocados del entorno interno o externo, el grado de adaptación consiste en la influencia de tres tipos: *estímulos focales:* dirigida directamente a la persona y es aquel factor que pone en marcha la conducta, ya que es el más inmediato al que se enfrenta el ser humano, *estímulos situacionales:* estimulación que afecta la estimulación focal, son los factores del entorno que se le presentan a la persona y la *estimulación residual:* son factores ambientales cuyos efectos no son obvios en una situación determinada y singularizan a la persona, le dan sentido (38).

Asimismo, el estrés en estudiantes de enfermería es el resultado de factores estresantes en la profesión y supera los recursos, ya que la enfermera está estrechamente relacionada con las enfermedades, muerte, sufrimiento, necesidades personales, entre otros; la adaptación de los profesionales dependerá de los recursos para hacer frente a los factores (38).

El modelo de adaptación puede ser en una herramienta eficaz para las internas, lo que les permitirá afrontar en primer lugar su propio estrés, para luego intervenir y enseñar a las personas a reconocer las reacciones frente a estímulos y a la vez motivar la práctica de técnicas que ayuden a controlar las reacciones, como las de relajación y de respiración profunda. Además, esta teoría de adaptación es de gran utilidad para comprender la función de la enfermera frente a mecanismos productores de estrés, puesto que su

principal objetivo es ayudar a la persona de cuidado a adaptarse a su entorno, enfocándose en el cuidado holístico con la finalidad de promover la salud y bienestar (37, 38).

El Roy Adaptation Model (RAM) de Callista Roy, indica que las respuestas adaptativas favorecen la integridad de la persona que le permite satisfacer las necesidades de supervivencia, crecimiento, reproducción y dominio. Por lo que este modelo es de gran utilidad para poder entender las responsabilidades e intervenciones de enfermería que permita disminuir los factores estresantes, convirtiéndose en una herramienta efectiva para afrontar el estrés (37), tomando en cuenta las dimensiones propuestas por la autora; que son:

Modo fisiológico de adaptación: se evidencia en la conducta y reacciones fisiológicas de las personas con cierto nivel de estrés que la enfermera observa. La capacidad de brindar métodos como la relajación en todas sus formas y la respiración profunda, permite a las personas desarrollar una mayor sensibilidad sensorial y pueden disminuir o incluso neutralizar estas respuestas, ya que se activa la reacción del parasimpático y se crea el equilibrio necesario para mantener la homeostasis interna (38).

Modo de adaptación del autoconcepto de grupo: se centra en los aspectos psicológicos y espirituales del sistema humano, la autoestima, el autoconcepto de una persona, el concepto de unidad, significado y el propósito de existir en el universo (38).

Modo de adaptación de desempeño de rol: a través de técnicas de reconocimiento de cómo distribuir el tiempo, establecer prioridades y espacios para trabajar juntos, la enfermera puede identificar en qué posición se encuentra la persona, ayudarla a identificar qué papel es esencial, que es importante y que representa una sobrecarga (38).

Modo de adaptación de la interdependencia: la integridad de las relaciones

resulta ser la necesidad básica de este modo de adaptación. Cuando se ven frente a situaciones difíciles las personas intentan adaptarse y buscan ayuda, apoyo y amor en los demás. La enfermera debe reconocer las dificultades de las personas y brindar apoyo social y asistencial para paliar los conflictos (38).

1.3. Bases conceptuales

1.3.1. Definición conceptual de la variable

Estrés académico: es una serie de relaciones entre las situaciones estresantes durante el proceso formativo y la capacidad para enfrentarlas, causando respuestas físicas, psicológicas y comportamentales (12, 14, 15).

Nivel de estrés académico en internas de enfermería: es el grado de intensidad con la que la interna de enfermería experimenta el estrés académico y las reacciones más frecuentes en el aspecto físico, psicológico y comportamental, que se presenta cuando los estresores del internado exceden los recursos de adaptación de los estudiantes (39).

Reacciones físicas más frecuentes en las internas de enfermería frente al estrés académico: trastornos del sueño, fatiga, dolores de cabeza, somnolencia, problemas de digestión, rascarse, morderse o frotarse las uñas (39).

Reacciones psicológicas más frecuentes en las internas de enfermería frente al estrés académico: inquietud, sentimientos de depresión y tristeza, ansiedad, angustia y desesperación, problemas de concentración y problemas de memoria (39).

Reacciones comportamentales más frecuentes de las internas de enfermería frente al estrés académico: tendencia a generar conflictos, aislamiento, desgano, aumento o reducción del consumo de alimentos (39).

1.3.2. Definición operacional de la variable

Se medirá con el cuestionario de SISCO, adaptado por las autoras identificando el nivel de estrés de las internas de enfermería y las reacciones más frecuentes en el aspecto físico, psicológico y comportamental.

1.3.3. Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADOR	CATEGORÍA	TÉCNICA E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS
V1: Nivel de estrés académico en las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque	Se medirá con el cuestionario de SISCO, adaptado por las autoras identificando el nivel de estrés de las internas de enfermería y las reacciones más frecuentes en el aspecto físico,	Reacciones Físicas	Trastornos en el sueño	Escala Nunca (1)	<i>Técnica:</i> encuesta Instrumento: cuestionario
			Fatiga	Casi nunca (2)	
			Dolores de cabeza	Rara vez (3)	
			Problemas de digestión	Casi siempre (4)	
			Rascarse, morderse y frotarse las uñas	Siempre (5)	
			Somnolencia	Categoría: NIVEL DE ESTRÉS: Alto: 56-75 Medio: 36-55	

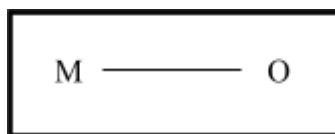
	psicológico y comportamental.	Reacciones Psicológicas	Inquietud	Bajo: 15-35	
			Sentimientos de depresión y tristeza		
		Reacciones Comportamentales	Ansiedad, angustia o desesperación		
			Problemas de concentración		
			Sentimientos de agresividad		
			Conflicto		
			Aislamiento		
			Desgano		
			Aumento o reducción del consumo de alimentos		

II. MÉTODO

2.1. Diseño de contrastación de hipótesis

El presente estudio es cuantitativo, descriptivo, transversal y prospectivo. *Cuantitativa* porque permitió medir el nivel de estrés en las internas de enfermería, *descriptiva* porque buscó especificar propiedades y características importantes sobre el nivel de estrés y sus manifestaciones en internas (os) de enfermería, describiendo tal como se presenta; *transversal* porque los datos de medición fueron recolectados en tiempo único y *prospectivo* porque los datos del fenómeno en estudio se registraron a medida que ocurrieron los hechos (40, 41).

En este caso la variable que se caracterizó fue el nivel de estrés de las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque del ciclo académico 2023-II. Representación gráfica del diseño:



M = Internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque

O= Nivel de estrés académico en internas de enfermería.

2.2. Población y muestra

2.2.1. Población

La población de esta investigación estuvo constituida por 53 internas (os) de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, información que fue proporcionada verbalmente por la secretaria que laboraba en la Oficina de Asuntos Académicos de la Facultad de Enfermería en el periodo académico 2023- II

Criterios de inclusión:

- Internas de la Facultad de Enfermería matriculadas en el semestre académico 2023-II.

- Internas de la Facultad de Enfermería que intervinieron voluntariamente en la presente investigación y que firmaron el consentimiento informado.

Criterios de exclusión:

- Internas de la Facultad de Enfermería que no respondieron en su totalidad al cuestionario virtual.
- Internas de la Facultad de Enfermería que se encontraron con algún problema de salud, durante la recolección de datos.
- Internas de enfermería autoras de la presente investigación.

2.2.2. Muestra

La muestra estuvo constituida por todas las unidades de análisis que cumplieron los criterios de inclusión, por lo tanto, estuvo constituida por 51 internas (os) de enfermería, pues de la población total solo se excluyeron a las autoras del presente estudio.

2.3. Técnicas, instrumentos, equipos y materiales

En la presente investigación la técnica que se utilizó fue la encuesta virtual, mediante un cuestionario de Google Forms, pues fue una gran alternativa, ya que permitió tener los resultados al instante y en tiempo real, además que se grabaron automáticamente, hubo nulas posibilidades de errores de respuesta (42). Esta decisión fue tomada por las autoras porque las internas de enfermería se encontraban distribuidas en diferentes establecimientos de salud, lo que hubiera complicado la recolección de datos en forma presencial.

El cuestionario que se utilizó en el presente estudio fue el inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico, segunda versión SISCO, elaborado por Barraza A. (16), con algunas modificaciones realizadas por las investigadoras, permitiendo que se adapte a los sujetos de estudio conformados por las internas(os) de enfermería; por ello se realizó la validez de contenido, que estuvo a cargo expertos constituidos por cuatro profesionales especialistas en la temática

de estudio, tres docentes de la facultad de enfermería con experiencia en investigación cuantitativa y un licenciado en psicología; obteniendo un coeficiente de Validez de Contenido de Hernández Nieto de 0.9144 (43), que significa validez y concordancia excelentes en cada uno de los ítems. Respecto a la coherencia, claridad, escala y relevancia, con la escala de valores de 1 inaceptable y 5 excelente (Anexo 01), además la confiabilidad se determinó a través de muestreo piloto que se aplicó en 10 internas de una universidad particular de Lambayeque, comprobando su confiabilidad a través de la prueba estadística del Alfa de Cronbach, dando un resultado de 0.922, lo que indica que indica aceptabilidad y consistencia interna (Anexo 02).

El Inventario SISCO del Estrés Académico estuvo comprendido por 15 ítems, que permitieron identificar la frecuencia con que se presentan las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales, en una escala del (1) al (5); donde (1) es nunca, (2) es casi nunca, (3) rara vez, (4) casi siempre, (5) es siempre.

El cuestionario virtual presentó un conjunto de ítems en forma de afirmaciones o juicios (42), estuvo estructurado en dos áreas: instrucciones y contenido, con opciones de respuesta distribuidos en las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales. Para cada ítem las internas eligieron una de los siguientes criterios para determinar la frecuencia de: (1) nunca, (2) casi nunca, (3) rara vez, (4) casi siempre y (5) siempre, con un total de 75 puntos. La evaluación para el nivel de estrés fue categorizada como alto: 56-75, medio: 36-55 y bajo: 15-35.

Luego de que el proyecto de investigación fue aprobado por la Unidad de Investigación de la Facultad de Enfermería, se ejecutó previa explicación a cada participante de los objetivos del estudio, así como de la garantía de confidencialidad en cuanto a los datos proporcionados. Posteriormente, se solicitó la revisión del consentimiento informado y la aceptación de su participación, mediante la firma en el documento (Anexo 03), finalmente

se procedió a la aplicación del Inventario SISCO adaptado por las investigadoras (Anexo 04).

2.4. Método de procesamiento de la información

La información de los cuestionarios se ingresó al SPSS versión 26 para ser analizados, en donde los estadígrafos de posición (media, mediana y moda) no fueron analizados, ya que los resultados solo se realizaron en base a los objetivos planteados, los estadígrafos son una representación gráfica de datos reunidos en la muestra de una población para luego ser analizada. Además, los datos fueron procesados por el programa Microsoft Excel 2019 y luego al SPSS para ser analizados. Por consiguiente, se utilizaron gráficos descriptivos para presentar los resultados de forma clara y objetiva.

2.5. Principios éticos

El presente estudio se condujo a través de los principios éticos del Informe Belmont citado por Simon Y. et al (44).

El respeto a la dignidad humana: se consideró la autonomía de las internas, después de la descripción de los objetivos de la investigación, ellos decidieron libremente su participación (44).

La beneficencia: se comunicó los beneficios de la investigación para las internas y para la ciencia de enfermería (44).

Justicia: se trató a todas las internas por igual y de manera equitativa. Además, se aseguró la confidencialidad de la información, que fue anónima, la misma que fue eliminada cuidadosamente al término de la investigación (44).

III. RESULTADOS

De acuerdo a los objetivos de la investigación, se dan a conocer los siguientes resultados:

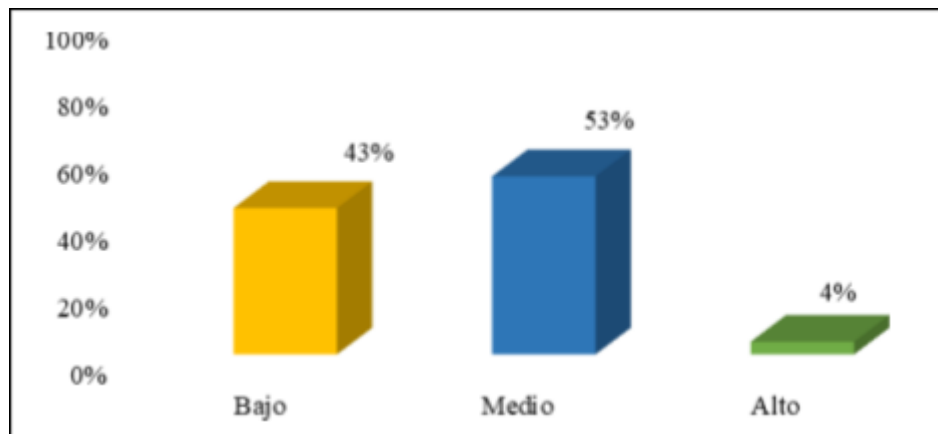


Gráfico 1– Nivel de estrés académico de las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, 2023.

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes –adaptado por las investigadoras

En el gráfico 1, se observa que prevalece el nivel de estrés académico en más del 50% de internas de enfermería, más de la mitad presentan nivel de estrés medio y un pequeño porcentaje alto.

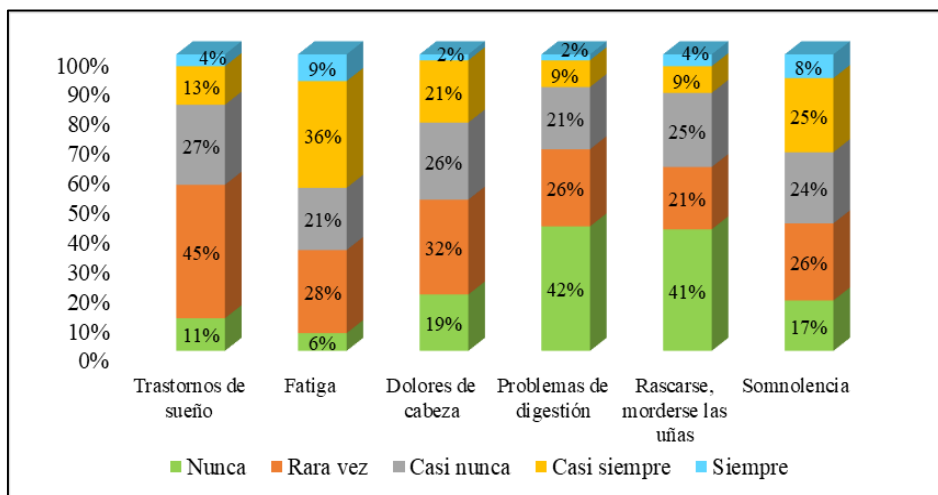


Gráfico 2– Reacciones físicas más frecuentes de las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, 2023.

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes – Adaptado por las investigadoras.

En el *gráfico 2*, las reacciones físicas más frecuentes y que casi siempre se presentan son: fatiga, somnolencia y dolores de cabeza, con porcentajes de 36%, 25% y 21% respectivamente.

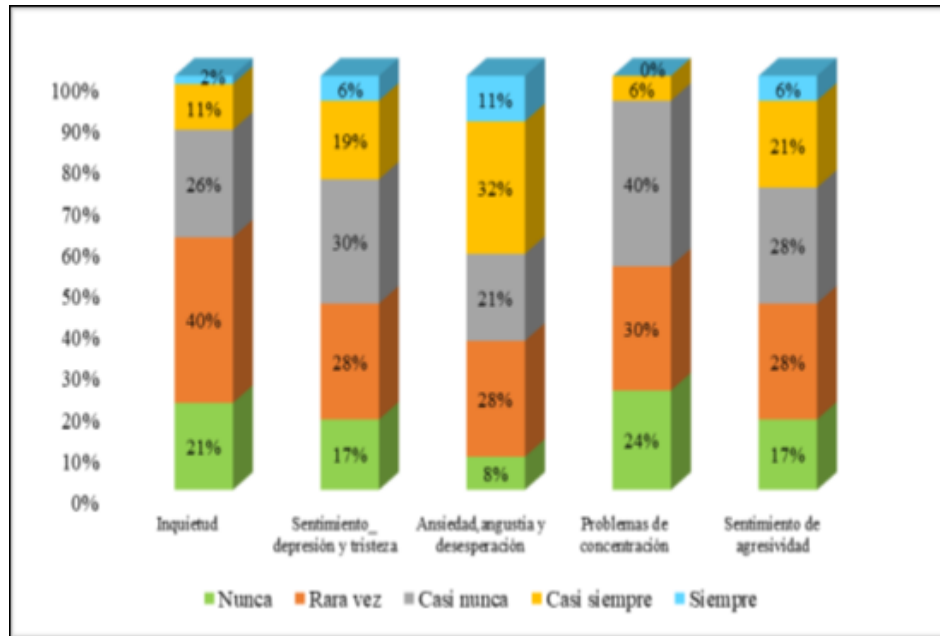


Gráfico 3– Reacciones psicológicas más frecuentes de las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, 2023.

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes – Adaptado por las investigadoras.

En el gráfico 3, se observa que las reacciones psicológicas más frecuentes y que casi siempre se presentan son: ansiedad, angustia o desesperación, sentimientos de agresividad y sentimientos de depresión o tristeza, con porcentajes de 32%, 21% y 19% respectivamente.

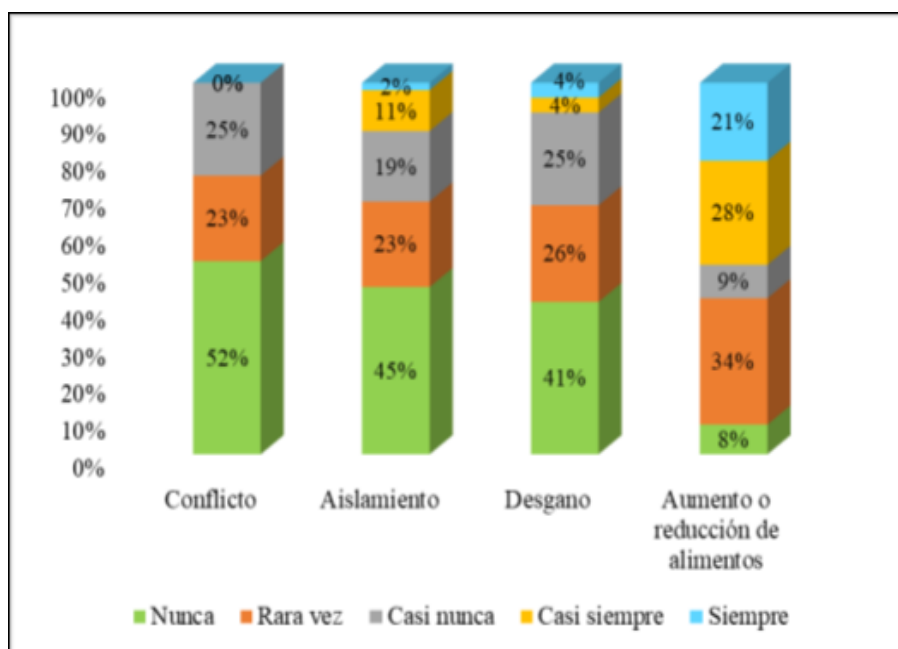


Gráfico 4– Reacciones comportamentales más frecuentes de las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, 2023.

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes – Adaptado por las investigadoras.

En el gráfico 4, se observa que las reacciones comportamentales más frecuentes son: aumento o reducción del consumo de alimentos y aislamiento, con porcentajes de 21% siempre y 11% casi siempre respectivamente.

IV. DISCUSIÓN

El objeto de investigación del presente estudio fue definido por las autoras: como el grado de intensidad con la que las internas de enfermería experimentan estrés académico y las reacciones más frecuentes en el aspecto físico, psicológico y comportamental, que se presenta cuando los estresores del internado exceden sus recursos de adaptación (10, 11, 12, 13, 14, 15).

Actualmente el estrés es una problemática de salud muy común, que afecta a diferentes grupos etarios, sobre todo a estudiantes universitarios de ciencias de la salud (45), específicamente en relación a los sujetos de la presente investigación como son las internas de enfermería, ya que se enfrentan a diversas situaciones propias del internado que superan las demandas estresantes del ámbito comunitario y hospitalario.

Es a la luz de lo descrito y los objetivos, que se discuten los resultados encontrados:

En el gráfico 1, que responde al objetivo general se determinó que en las internas de enfermería prevalece el nivel de estrés académico medio en un 53% y un 4% presenta un nivel alto.

Si se toma en cuenta que el estrés es la herramienta que se activa cuando se presentan diversidad situaciones que desbordan los recursos, que produce angustia o agotamiento al tratar de cumplir con los requisitos necesarios para superar estas dificultades (45) y que el estrés medio se caracteriza por el grado de intensidad intermedio entre el bajo y el alto (46), que se manifiesta por las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales, al no manejar adecuadamente podrían progresar a un nivel alto en las internas de enfermería. Cabe indicar que, aunque el porcentaje de internas que tienen nivel de estrés alto es mínimo, ya que la cifra es de 4%, esto puede ser tan agotador no solo para el cuerpo, sino también para la mente y la vida en general, que a largo tiempo puede llevar a crisis nerviosas, suicidio, violencia, infarto, entre otras complicaciones fatales. Frente a ello se recomienda a las internas utilizar las estrategias de afrontamiento adecuadas, como el apoyo social y confrontación, con el propósito de evitar un nivel alto de estrés y a la vez impedir las consecuencias mencionadas anteriormente (45).

Por el estrés las personas experimentan una sobrecarga que afecta la salud física, mental y personal que refleja un estrés medio y en el que puede

disminuir la concentración, experimentar dolores de cabeza, malestar estomacal, cambios en el apetito, etc. Por ello es muy importante que las internas de enfermería utilicen estrategias de afrontamiento con el objetivo de adaptarse al entorno del internado o por el contrario podrían generarse conductas desadaptativas a nivel físico, psicológico y comportamental, que de no solucionarse producirían alteraciones metabólicas e inmunológicas que debilitan al organismo y los pone propensos a procesos infecciosos, esto a su vez con la exposición a enfermarse, además podría afectar su rendimiento académico en la universidad y el cuidado que brindan a las personas (46).

Surge aquí la importancia de tomar en cuenta el Modelo de Adaptación de Callista Roy, quien señala que las conductas adaptativas cooperan a la integridad humana en diversos aspectos como la supervivencia, el crecimiento y el afrontamiento, al tiempo que promueven la comprensión del papel de las enfermeras y sus intervenciones, estableciendo que el profesional de enfermería debe adaptarse mediante el proceso y resultado teniendo la capacidad de pensar y sentir integrado a su entorno, que depende de las exigencias, cambios y recursos que dispone para enfrentarlo (47), aspectos que probablemente no se está tomado en cuenta por las internas de enfermería.

Los resultados de la presente investigación discrepan con los de Chicaiza J. Mueses A, (8) en Ecuador, 2021, donde obtuvieron, los siguientes porcentajes con respecto al estrés que presentaron los internos 68% alto, 31% medio, 1% de nivel bajo, y que la alta sobrecarga laboral y académica afectó su salud física, mental, alteró su vida personal y profesional. Al respecto las autoras opinan que esto podría deberse a la diferencia cultural y contextual, así como el plan de estudios y sílabos del internado que pueden variar dependiendo de las universidades y necesidades de salud de la población. Lo mismo ocurrió, en una investigación realizada por Matamoros C. Reyes N. (2) en Tumbes en el 2019, quienes obtuvieron que los internos presentaban un nivel de estrés alto en el 25%.

Respecto a lo mencionado anteriormente, según Bedoya L. et al, citado por Dueñas H. et al. (34), dentro del ámbito académico universitario, existen situaciones que generan estrés como la competitividad grupal, que en este caso las internas de enfermería de la universidad en estudio podría estar condicionado porque compiten con internas de otras universidades privadas por la obtención de méritos y habilidades; además la sobrecarga de tareas como informe del proceso enfermero, el desarrollo de la actividad de Servicio Social y el informe de la tesis para adquirir el título profesional. Estas fuentes de estrés deben ser afrontadas adecuadamente a través de mecanismos de afrontamiento positivos, como la preparación formativa teórica-práctica utilizando diferentes estrategias metodológicas que permitan a la interna obtener las competencias y adquirir las destrezas. Además, haciendo uso adecuado de la gestión del tiempo, repartiendo las tareas según la prioridad requerida, esto mejorará la productividad y reducirá los niveles de estrés académico.

A través de este recorrido por el marco teórico observamos que la ayuda que la enfermera puede brindar es crucial, siendo esencial abrir el campo mental y tener sensibilidad suficiente para captar lo que ocurre a su alrededor, así como no prescindir de la imaginación necesaria para utilizar de los recursos disponibles de la forma más eficaz y eficiente posible. Esto ayudará a utilizar los recursos personales que permitirán afrontar situaciones estresantes

Es preciso mencionar, que también se debe tener en cuenta los acontecimientos vitales, las características del ambiente social y las diferentes influencias personales, ya que de algún modo van a influenciar sobre el organismo de las internas y por ende como impulsor de estrés, atenuando los efectos negativos del estrés, como una respuesta a esa exigencia, que repercutirá no solo en el ámbito académico, físico y psicológico (48).

Además, los resultados de Rojas E. (4) en Lambayeque en el 2019, obtuvo

10.4% nivel bajo, 29.9% medio y 59.7% nivel alto de estrés, sin embargo, en la presente investigación predomina el nivel medio con 53%, a pesar que ambas investigaciones se desarrollan en el mismo departamento y las necesidades de salud son similares, sin embargo, los planes de estudios y la exigencia varía, de acuerdo al modelo educativo de cada universidad.

Por otro lado, en la investigación de Franco E. (9), Lima, en el 2022, obtuvo que 18% presentaron nivel alto, 52% medio y 31% nivel bajo de estrés, aquellos resultados coinciden con los de la presente investigación, ya que se obtuvo 53% de estrés académico en el nivel medio. Comparando la similitud en el nivel medio de ambas investigaciones, que probablemente coincidan los planes de estudio y la realidad de salud de la población; el estrés se presenta por el estímulo a los factores estresantes del internado hospitalario y comunitario, activándose los mecanismos de defensa, ya que principalmente los internos se preocupan por lo que involucra la responsabilidad de administración de medicamentos al paciente, las diferencias significativas de la realidad teórica y práctica, entre otros, que genera a su vez reacciones físicas, psicológicas y comportamentales.

De acuerdo con el Reglamento de la Facultad de Enfermería el internado I y II, se realiza con la finalidad de que las estudiantes de los últimos ciclos logren integrar, profundizar los conocimientos científicos y tecnológicos desarrollados del primer al octavo ciclo de la formación; con una duración de 36 horas semanales o 150 horas mensuales (36), que comparando con la Ley del Trabajo de la Enfermera (o) N° 27669 del Colegio de Enfermeros del Perú, en el capítulo VI, artículo 17 (49), se contempla la misma carga horaria que desarrollan las internas y las licenciadas de enfermería que laboran en los establecimientos de salud. En relación a lo mencionado, probablemente las internas ya se encuentran preparadas en el ámbito académico y en su futuro profesional sobre la labor propia de enfermería, ya que a pesar de la alta carga que involucra el internado y el estrés que le produce, ellas cuidan holísticamente a la persona, familia y

comunidad en los servicios de rotación asignados.

En el gráfico 2, se observa que las reacciones físicas más frecuentes y que casi siempre se presentan son: fatiga, somnolencia y dolores de cabeza, con porcentajes de 36%, 25% y 21% respectivamente.

Siendo las reacciones físicas el sentimiento de tensión física, que puede provenir de cualquier situación o pensamiento que lo haga sentir frustrado, furioso o nervioso por las demandas estresantes del internado, sin embargo, cuando existe nivel de estrés elevados, la situación se vuelve poco manejable y es importante tomar en cuenta los mecanismos de defensa, ya que son procesos automáticos, que se utilizan para defenderse de las amenazas externas o internas (50).

Cuando las personas, en el caso particular las internas de enfermería perciben una situación de peligro, se transmite esa información a través del sistema sensorial al límbico, este a su vez en la amígdala interpreta y clasifica el estímulo en bueno o malo, frente al malo, lo considera como estresores, allí entra a participar el sistema límbico que regula las emociones y respuestas conductuales. Por otro lado, se liberan corticotropinas, que activan la hipófisis y secretan la hormona adrenocorticotrópica, en las glándulas adrenales produce cortisol que genera cambios en las funciones de diferentes órganos para enfrentar a los estímulos, por ejemplo, taquipnea, taquicardia. Además, se inhiben procesos como la digestión y peristalsis por la activación del sistema nervioso simpático y respuestas autónomas del cuerpo. Cuando la situación estresante se controla, los niveles de cortisol y corticoides desciende y el organismo comienza a funcionar normal (51).

La reacción más frecuente que casi siempre se presenta es *fatiga*, con 36%. La fatiga es la sensación de agotamiento después del tiempo de cuidado a la persona o familia, relacionado con la caída de la energía física e intelectual (19). Esta respuesta fisiológica involucra al sistema nervioso

simpático, ya que se emite adrenalina y noradrenalina en la glándula suprarrenal, además por la demasiada liberación de catecolaminas que facilita la dependencia de conductas espontáneas frente a un escape del estresor, que podrían generar consecuencias en las internas de enfermería, tales como: cansancio constante, fatiga intelectual y descuidos que afectaría su desempeño académico en la parte final de su formación profesional y durante el contacto con la persona de cuidado en las actividades propias del internado (52).

Por otro lado, la reacción que casi siempre se presenta es somnolencia 25%, la cual es definida como la tendencia a quedarse dormido, o la tendencia de transición de la vigilia al sueño (17, 18), frente a una situación de peligro la persona experimenta liberación excesiva de cortisol, entre las funciones que interviene esta hormona, es que controla el ciclo de sueño y vigilia, que si no se regula a tiempo el cortisol puede producir alteraciones como trastornos del sueño. Las internas casi siempre tienen dificultad de conciliar el sueño y la privación del mismo durante la noche, hace que probablemente se presente esta reacción durante los estadios que deberían estar en vigilia (18).

Es importante mencionar que, durante el sueño, se desarrolla la actividad eléctrica por medio de dos fases: No MOR y MOR. Si las internas tienen un adecuado horario de sueño se va a consolidar la memoria, aprendizaje y restaurar procesos de codificación (53). Sin embargo, frente a las actividades que deben de cumplir en el internado disminuyen las horas de sueño por la noche y durante el día tienen a estar cansadas, por ende, se altera la relación del ciclo de sueño/vigilia (54), la somnolencia podría afectar al no realizar adecuadamente las actividades de enfermería propias del internado, incrementando los riesgos de accidentes, debido a la fatiga, afectando negativamente a su salud.

En relación al indicador de *dolores de cabeza*, se observa que lo presentan casi siempre el 21%. Es definido como la respuesta fisiológica al estrés

emocional que se da cuando el organismo supera los propios recursos (20), siendo una respuesta dolorosa con intensidad variable localizada en la parte alta del cuello, en otras ocasiones en la nuca, en la bóveda craneal o en la parte superior de la frente. Que en algunos casos podrían acompañar sus dolores de cabeza con depresión o desánimo emocional, sin motivación de realizar actividades de enfermería. Si no se controla a tiempo, podría generar grave impacto en la calidad de vida de las internas, pudiendo ser incapacitante y crónico (55).

Los resultados de la presente investigación, discrepan con los de Rojas E. (4) en Lambayeque en el 2019, obtuvo en el indicador de dolores de cabeza un 49,3% siempre. Entre ambas investigaciones la diferencia es relevante. Cabe mencionar que los sujetos de investigación casi siempre tiene dolores de cabeza 21% frente a las actividades académicas del internado, en comparación con internos de la universidad particular, que casi la mitad de su población si lo presentan; por ejemplo, frente las exigencias del internado generan en las estudiantes cansancio y la tensión acumulada puede producir a su vez dolor de cabeza, además algunos problemas cognitivos e incapacidad de continuar con sus actividades por la respuesta dolorosa (56).

Es importante mencionar que las internas de enfermería nunca presentan problemas de digestión y rascarse, morderse las uñas, con porcentajes de 42% y 41% respectivamente, cabe resaltar que podría ser una aspecto positivo, ya que no hay alteración del sistema gastrointestinal (57), de esta forma las internas de enfermería realizan las actividades del internado comunitario y hospitalario sin alguna dificultad; del mismo modo nunca presentan el hábito nervioso e inconsciente de rascarse y morderse las uñas esto a su vez demuestra que los sujetos de estudio controlan esta reacción fisiológica que le puede generar estrés.

En el gráfico 3, respecto a las reacciones psicológicas más frecuentes son ansiedad, angustia o desesperación, sentimiento de agresividad y depresión o tristeza con la frecuencia de casi siempre y con porcentajes de 32%, 21%

y 19% respectivamente.

Siendo las reacciones psicológicas, las situaciones que enfrentan en su entorno que pueden generar factores negativos afectando el rendimiento académico, esto constituye una posible amenaza al cumplir con las actividades del internado. Además, estas reacciones, evidencian respuestas emocionales frente a reacciones incontrolables por el estudiante, que si no se manejan afectaría el bienestar psicológico, las relaciones sociales y ambiente. Por lo que, si las internas de enfermería tienen un oportuno equilibrio emocional, las reacciones psicológicas serán mínimas (58).

La reacción que casi siempre se presenta es ansiedad, angustia o desesperación con 32%, la cual es definida como una respuesta de anticipación involuntaria ante sucesos cotidianos, en el cual se experimentan síntomas característicos de un cuadro ansioso (59). Así las internas se sienten casi siempre angustiadas, al no poder cumplir con las competencias específicas del internado. Algo similar sucedió en el estudio de Castillo I. et al (60), quienes encontraron que 88,7% de estos presentaron estrés, reflejado en síntomas como cansancio, ansiedad, angustia.

El inicio del internado, acarrea un conjunto de modificaciones en la vida del estudiante, que le muestra tensión, provocando efectos negativos a la salud, ya que cambian de un entorno universitario al hospitalario, en el que existe un nivel más elevado de exigencia, que se debe cumplir con los horarios extensos. Por el simple hecho de que enfermería, es una profesión con elevada demanda física y emocional, probablemente hace que las internas se sientan frecuentemente angustiadas mientras brindan el cuidado a los pacientes. Es, así pues, que, al tener la reacción psicológica más frecuente de ansiedad, angustia o desesperación, resulta ser un aspecto negativo, ya que va a dificultar en la resolución de problemas ante cualquier suceso (60).

En relación a los *sentimientos de agresividad*, se observa que casi siempre

el 21% los presenta ante cualquier situación de estrés. Definidos como las carencias de respeto a otras personas, además estos sentimientos se relacionan con el esquema cognitivo y emocional del comportamiento, dado que surge por la situación estimulante provocado por las actividades del internado o de naturaleza subjetiva provocando una reacción agresiva (61). Siendo preocupante, ya que un porcentaje de las internas de enfermería casi siempre suelen tener la disposición o tendencia a herir o dañar a otra persona, ya que, si no se controla o maneja a tiempo, esta conducta agresiva se puede agudizar manifestándose de manera latente siendo perjudicial para la interna y su entorno que la rodea (62). En la presente investigación, los resultados referidos a sentimientos de agresividad son semejantes a los encontrados por Barreto D. et al, en Arequipa (63), en el 2022, ya que el 22% casi siempre tienen la sensación de molestia y hostilidad, frente a estas reacciones psicológicas, las internas deben aprender nuevas maneras de relajarse, controlando los sentimientos de agresividad ante cualquier situación de estrés.

Respecto a los *sentimientos de depresión y tristeza*, se observa que, el 19% casi siempre sienten melancolía o tristeza ante cualquier situación en el internado. Ambos sentimientos están relacionados para designar la tristeza como un síntoma, además de sentimientos de culpa, irritabilidad, fatiga, falta de motivación en la toma de decisiones, entre otras (26), las internas de enfermería se deprimen por factores estresantes que involucra el internado, como estar junto con la persona de cuidado durante su proceso de enfermedad, o con la familia al afrontar el proceso de duelo, entre otros puntos que afectan el estado afectivo, su rendimiento profesional y personal. Cabe resaltar que las enfermeras, casi siempre están bajo tensión durante la labor que realizan por la gran demanda de cuidado y que a pesar que les afecte su estado afectivo, toleran acciones que van contra su estándar personal que tarde o temprano les traerá consecuencias negativas como desánimo, frustración, enojo, miedo, entre otros (64).

Cabe resaltar que el 24% nunca presentan problemas de concentración,

esto resulta ser algo positivo ya que menos de la mitad de internas no tienen dificultades para concentrarse en las actividades de enfermería, por lo probablemente las realizan tranquilas sin que afecte la relación enfermera paciente durante el cuidado brindado (25).

En el gráfico 4, respecto a las reacciones comportamentales más frecuentes se presentan: *aumento o reducción del consumo de alimentos y aislamiento*, con porcentajes de 21% siempre y 11% casi siempre respectivamente. Siendo las reacciones comportamentales, manifestaciones frente a estímulos que experimentan las internas durante el último proceso de su formación académica, frente a las exigencias que implican el mismo (65).

La reacción más frecuente que casi siempre se presenta es aumento o reducción del consumo de alimentos, siendo definida como la conducta alimenticia desordenada, que puede provocar cambios en los hábitos alimentarios, cómo comer compulsivamente o disminución del apetito; por la respuesta al estrés, es por eso, que se requiere consumir alimentos que estimulan la producción de endorfinas y serotoninas en el cuerpo, que crean sensaciones de placer y estrés compensatorio (33).

En el gráfico 4, el 21% de internas de enfermería siempre suelen presentar aumento o reducción del consumo de alimentos, con muchas ganas de comer o falta de apetito cuando se presenta exceso de tareas; con respecto a estos resultados se describe que menos de la mitad de internas presentan este comportamiento. Estos resultados difieren a los encontrados por Rojas E. (4), donde encontró, que 43,3% siempre, presentan alteraciones en la conducta alimentaria, pudiendo afectar la salud física y emocional, durante los cuidados brindados a los pacientes. Es clave resaltar que se debe aprender a cuidar la propia salud, desde estudiantes, para así poder influir positivamente en la salud de los demás como futuros profesionales (66).

Por otro lado, el indicador de *aislamiento*, se observa que, el 11% de

internas casi siempre realizan los trabajos asignados individualmente para evitar relación entre compañeros, el cual es definido como la evitación o retirada parcial o total al contacto con otras personas o actividades (31). Estos resultados son diferentes a los encontrados por Rojas E. (4), donde encontró que casi siempre 56,7% realizan las labores de enfermería individualmente para evitar estar en contacto. Esta reacción comportamental podría dejar abierta la posibilidad que un porcentaje se aíslan de su entorno o de la relación o cuidado que brindan, sea con compañeros de enfermería, otros profesionales de la salud o hasta de los pacientes, en lugar de hacer frente al estrés medio que presenta utilizando relacionarse, utilizando la evitación, de esta forma eluden la situación que les genera estrés, lo que podría debilitar la interacción comunicativa con la persona de cuidado (67).

Es importante mencionar que las internas de enfermería nunca presentan desgano 41%, este resultado podría ser un aspecto positivo, ya que casi la mitad de internas siempre están motivadas en cualquier actividad que se les responsabilice, teniendo energía que permita cumplir con las competencias propias del quehacer durante el internado.

Conclusiones

1. El 53% de internas de enfermería presentan estrés medio y 4% un nivel alto de estrés, cifra preocupante que puede poner en riesgo la salud de la interna de enfermería y la calidad del cuidado que brinde.
2. Las reacciones físicas más frecuentes y que casi siempre se presentan fueron: fatiga 36%, somnolencia 25% y dolores de cabeza 21%, manifestaciones que probablemente pueden influir en el bienestar de la interna de enfermería y reflejarse en la calidad del cuidado a la persona.
3. Las reacciones psicológicas más frecuentes que casi siempre presentaron: ansiedad, angustia o desesperación 32%, sentimiento de agresividad 21% y sentimientos de depresión o tristeza 19%, denotando que las internas de enfermería no estarían utilizando las estrategias de afrontamiento positivas centradas en la emoción.
4. Las reacciones comportamentales más frecuentes que se presentaron fueron: siempre el aumento o reducción del consumo de alimentos 21% y aislamiento casi siempre 11%, estos porcentajes podrían modificar el aspecto conductual en las internas.

Recomendaciones

A las internas de enfermería

- Identificar factores desencadenantes del estrés académico y utilizar estrategias de afrontamiento positivas centradas en el problema y la emoción como la práctica de técnicas de relajación, gestión eficaz de su tiempo, que les permita reducir el estrés evitando que este afecte su desempeño académico y personal.

A la Dirección de Escuela de Facultad de Enfermería de la universidad nacional en estudio

- Dar seguimiento, fortalecer y supervisar el sistema de tutoría especialmente la tutoría personal-social para identificar si durante este proceso entre otros aspectos se diseñan y se ponen en práctica estrategias para incentivar el manejo del estrés académico en las internas de enfermería.
- Hacer seguimiento de los casos reportados por las tutoras que necesiten consulta psicológica, utilizando para ello el servicio que ofrece la Oficina de Bienestar Universitario quien cuenta con un psicólogo.

A los futuros investigadores

- Realizar investigaciones cualitativas sobre las principales causas que generan el estrés académico en internas de enfermería, que permitan una mejor aproximación de la realidad psicosocial y académica del estudiante universitario.

Referencias bibliográficas:

1. Fernández A, Estrada M, Arizmendi E. Relación de estrés-ansiedad y depresión laboral en profesionales de enfermería. Rev. Enferm Neurol. [internet]. 2019. [Consultado 2023 sept 22]; vol. 18 (1): p 29-40. Disponible en: <https://www.revenferneurolenlinea.org.mx/index.php/enfermeria/article/view/277/284>
2. Matamoros C, Reyes N. Estrés en Internos de Enfermería de los Servicios Hospitalarios del Hospital Regional JAMO II - 2 Tumbes, 2019. [Tesis de pregrado]. Tumbes: Universidad Nacional de Tumbes; 2020. Disponible en: <https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/2081/TESIS%20%20REYES%20Y%20MATAMOROS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
3. Peralta C. Alumnos UV advierten de casos de estrés académico y universitario. [Sitio Web]; 2023 [Consultado 2023 sept 22]. Disponible en: <https://www.uv.mx/prensa/general/alumnos-uv-advierten-de-casos-de-estres-academico-y-universitario/#:~:text=Las%20j%C3%B3venes%20dijeron%20que%20un,estr%C3%A9s%20relacionado%20con%20sus%20estudios>
4. Rojas E. Nivel de estrés en estudiantes de enfermería del último año de formación profesional en una universidad privada de Lambayeque, 2019 [Tesis de pregrado]. Lambayeque, Perú: Universidad Señor de Sipán; 2020. Disponible en: <https://n9.cl/wr1ha>
5. Manual de Implementación de Modelo de Cuidado Integral de Salud por Curso de Vida para la Persona Familia y Comunidad [Sitio Web]; 2024 [Consultado 2024 mzo 13]. Disponible en: <https://bvs.minsa.gob.pe/local/fi-admin/rm-220-2021-minsa.pdf>
6. Pérez A. Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de pregrado de ciencias de la salud, Lambayeque 2020. [Tesis de pregrado]. Chiclayo: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo; 2021. Disponible en:

https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/3417/1/TL_PerezCubasAngie.pdf

7. Arrarte D. Nivel de estrés en internos de enfermería en un Hospital del Callao Lima - 2019 [Tesis de pregrado] Lima: Universidad César Vallejo; 2019. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/43178>
8. Chicaiza J, Mueses A. Estrés en internos rotativos de enfermería en tiempo de pandemia 2021. [Tesis de pregrado]. Ecuador: Universidad Técnica del Norte; 2021. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/11306/2/06%20ENF%2011%2084%20TRABAJO%20GRADO.pdf>
9. Franco E. Nivel de estrés en internos de enfermería modalidad hospitalaria en un Hospital Público – Lima, 2022 [Tesis de pregrado] Lima: Universidad Privada del Norte; 2022. Disponible en: <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/32651/Franco%20Huanaman%20C%20Estefani.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
10. Medicosypacientes.com. [internet]. Madrid: 72ª Asamblea Ginebra. La OMS reconoce como enfermedad el burnout o “Síndrome de estar quemado”, 2019 [Consultado 2023 sep 23]. Disponible en: <http://www.medicosypacientes.com/articulo/la-oms-reconoce-como-enfermedad-el-burnout-o-sindrome-de-estar-quemado>
11. Sotomayor G. “Estrategias de afrontamiento del estudiante de enfermería ante el estrés en las prácticas clínicas en una universidad privada Lima-2018”. [Tesis de pregrado]. Lima, Perú: Universidad César Vallejo; 2018. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/18070/Sotomayor_PGT.pdf?sequence=1&isAllowed=y
12. González L. Estrés académico en estudiantes universitarios asociado a la pandemia por covid-19. Revista digital de la Universidad Autónoma de Chiapas. [internet]. 2020 [consultado 2023 sep 24]. Disponible en: <https://espacioimasd.unach.mx/index.php/Inicio/article/view/249/782>
13. Kloster Perrotta. Estrés académico en estudiantes Universitarios de la

- ciudad de Paraná. [Tesis de pregrado]. Argentina, Paraná: Universidad Católica Argentina; 2019. Disponible en: <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres-academico-estudiantes-universitarios.pdf>
14. Escobar E, Soria B, López G, Peñafiel D. Manejo del estrés académico; revisión crítica. Rev. Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo. [internet]. 2018. [Consultado 2023 sept 24]. Disponible en: <https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html>
 15. Venancio G. Estrés académico en estudiantes de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana. [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal; 2018. Disponible en: <https://docplayer.es/115173714-Estres-academico-en-estudiantes-de-una-universidad-nacional-de-lima-metropolitana.html>
 16. Barraza A. Inventario Sisco SV-21 Inventario Sistemico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. [Internet] México: Ecorfan; 2018 [Consultado 2023 sept 25]. Disponible en: https://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf
 17. Portilla R. Estrés y sueño. Rev. Mex Neurosis. [Internet] 2006 [Consultado 2023 sept 26]; vol. 7 (1): p 15-20. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revmexneu/rmn-2006/rmn061d.pdf>
 18. Minigüano D, Fiallos T. Calidad del sueño y somnolencia en estudiantes universitarios de la carrera de enfermería de la Universidad Técnica de Ambato. Salud, Ciencia y Tecnología [Internet]. 3 de octubre de 2022 [consultado 2024 mzo 12]; 2:80. Disponible en: <https://revista.saludcyt.ar/ojs/index.php/sct/article/view/80>
 19. Vega C, Nava C. Relación estrés y fatiga: un estudio en el ámbito laboral. Rev. Electrónica de Psicología Iztacala. [Internet]. 2019. [Consultado 2023 sept 26]; vol. 22 (2): p 946-961. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2019/epi192i.pdf>
 20. Nurofen. Dolor de cabeza por estrés y ansiedad [Sitio Web]; 2021

- [Consultado 2023 sept 27]. Disponible en: <https://www.nurofen.es/dolores/adultos/dolor-de-cabeza-por-estres-y-ansieda.pdf/>
21. Gil A. Dolor de cabeza por cervicales o por estrés [Sitio Web]; 2021 [Consultado 2023 sept 27]. Disponible en: <https://clinicanyr.com/dolor-de-cabeza-por-cervicales-o-por-estres/>
 22. This Medical. El estrés y la salud del aparato digestivo [Sitio Web]; 2021 [Consultado 2023 sept 28] Disponible en: <https://thismedical.com/estres-y-aparato-digestivo/>
 23. Robledo J. Morderse las uñas: qué hay detrás de este frecuente hábito [Sitio Web]; 2018. [Consultado 2023 sept 28]. Disponible en: https://as.com/deporteyvida/2017/08/23/portada/1503503755_069250.html
 24. Chero S, Diaz A, Chero Z, Casimiro G. La somnolencia diurna y su relación con la inteligencia emocional en estudiantes universitarios. Lima, Perú. Rev. Medisur. [Internet]. 2020. [Consultado 2023 sept 29]; vol. 18 (2): p 195-202. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2020000200195
 25. Pérez J, Merino M. Definición de inquietud [Sitio Web]; 2022 [Consultado 2023 sept 30]. Disponible en: <https://definicion.de/inquietud/>
 26. Núñez A, Acosta B, Torres M. Caracterización psicológica de depresión y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Ecuador. Rev. Investigación y Desarrollo. [Internet]. 2023. [Consultado 2023 sept 30]; vol. 17: p 74-85. Disponible en: <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:CmTIBelxsW8J:https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/dide/article/download/1891/2441/5961&hl=es&gl=pe>
 27. Mayoclinic.org. Trastornos de ansiedad. [Sitio Web]; 2021 [Consultado 2023 sept 30]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/anxiety/symptoms-causes/syc-20350961>

28. Conchado J, Álvarez R, Cordero G, Gutiérrez F, Terán F. Estrés académico y valores de cortisol en estudiantes de medicina. *Rev. Cient y Tecnol* [internet]. 2018. [Consultado 2023 oct 01]; vol. 6 (1): p 77-82. Disponible en: <http://incyt.upse.edu.ec/ciencia/revistas/index.php/rctu/article/view/322>
29. Rodríguez S, Pellicer O, Mirete M. Estrés percibido y quejas subjetivas de memoria en adultos jóvenes: papel mediador de las funciones ejecutivas. *Rev. Neurol* [internet]. 2018. [Consultado 2023 oct 02]; vol. 67 (3): p 84-90. Disponible en: <http://svnps.org/documentos/memoria-ad-jovenes.pdf>
30. Centro de estudios superiores Maranatha. ¿Qué es un conflicto? [sitio web] España; 2022 [Consultado 2023 oct 03]. Disponible en: <https://www.cesuma.mx/blog/que-es-un-conflicto.html>
31. Real Academia Española. Aislamiento [Internet]. España; 2022 [Consultado 2023 oct 04]. Disponible en: <https://dle.rae.es/aislar>
32. Goulart J. El desinterés escolar: en busca de un entendimiento. *Rev. Científ Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento* [internet]. 2022 [Consultado 2023 oct 04]; 4: p 89-110. Disponible en: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacion-es/el-desinteres-escolar>
33. Pontificia Universidad Católica de Chile. Alimentación y estrés. [sitio web] Chile; 2018 [Consultado 2023 oct 05]. Disponible en: <https://nutricion.uc.cl/noticias/alimentacion-y-estres/>
34. Dueñas H. Castro E. Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la universidad Nacional del Altiplano Puno [Tesis de posgrado]. Puno, Perú: Universidad Nacional del Altiplano; 2017. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8763237>
35. Ospina A. Síntomas, niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes masculinos y femeninos de una Institución de Educación Superior Militar: análisis comparativo. [Tesis de Maestría]. Colombia: Universidad Católica de Colombia; 2016. Disponible en:

<https://repository.ucatolica.edu.co/entities/publication/5929a844-5aa9-4bb5-b93f-436e9bb61979>

36. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo. Facultad de Enfermería. Reglamento de Internado. Resolución N° 047-2020-CF-FE [Internet]. 2020, Lambayeque: [Consultado 2023 oct 06]. Disponible en: http://www.unprg.edu.pe/univ/portal/documentos_s/REGLAMENTO%20DE%20INTERNADO%20-%20FE.pdf
37. Raile M. Modelos y Teorías de Enfermería. 9 ed. España: Editorial El Sevier; 2018.
38. Bonfill E, Lleixa M, Sáez F, Romaguera S. Estrés en los cuidados: una mirada desde el modelo de Roy. *Índex Enferm.* [internet]. 2010. [Consultado 2024 mzo 05]; vol. 19 (4): p 279-282. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000300010
39. Cassaretto M, Vilela P, Gamarra L. Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Rev. Scielo* [internet]. 2021. [Consultado 2023 oct 07]; vol. 27 (2): p 1-420. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272021000200005&script=sci_arttext
40. Gallardo E. Metodología de la Investigación. 1ed. [Internet]. Perú: Universidad Continental; 2017. [Consultado 2023 oct 08]. p 1-98. Disponible en: https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/4278/1/D_O_U_C_EG_MAI_UC0584_2018.pdf
41. Sampieri R, Mendoza C. Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. 1 ed. [Internet]. Perú: Universidad Continental; 2018. [Consultado 2023 oct 08]. p 1-753. Disponible en: http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf
42. Arroyo M, Finkel L. Encuestas por Internet y nuevos procedimientos muestrales. [internet]. 2019. [Consultado 2023 oct 09]; vol. 30 (2): p 1-

13. Disponible en: https://www.funcas.es/wp-content/uploads/Migracion/Articulos/FUNCAS_PS/030art04.pdf
43. Sánchez R. El tema de validez de contenido en la educación y la propuesta de Hernández-Nieto. *Rev Lat Am J. Phys. Educ* [internet]. 2021. [consultado 2022 oct 12]; vol 15 (3): p 1-5. Disponible en: <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:eel72Q6hN3kJ:https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8358273.pdf+&cd=15&hl=es&ct=c lnk&gl=pe>
44. Simón Y, Viñas E, Góngora I. Ética e investigación científica en enfermería. *Invest. Medicoquir.* [internet]. 2020 [Consultado 2023 oct 13]; 12(3): p 1-12. Disponible en: <http://www.revcimeq.sld.cu/index.php/imq/article/view/651/698>
45. Gallardo I. Estrés. [internet]. 2021 [consultado 2023 dic 13]. Disponible en: <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/estres.html>
46. Muñoz S, Molina D, Ochoa R, Sánchez O, Esquivel J. Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia por COVID-19. *Rev. Acta Pediatr Mex.* [Internet] 2020 [Consultado 2023 dic 13]; vol. 41 (1): p 127-136. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/actpedmex/apm-2020/apms201q.pdf>
47. Gracia E, Cusme N. Aplicación del modelo de Callista Roy como herramienta de adaptación al estrés. *Rev Brazilian Journal of Health Review.* [Internet] 2023 [Consultado 2023 dic 14]; vol 6 (1): p 1832-1854. Disponible en: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/56678/41578>
48. Benhaim M, Koch C, Pengue C, Canella V, López S, Sétula C. Algunas respuestas ante el estrés académico de estudiantes universitarios en la Argentina. *Rev. Ciencias Exactas, Naturales, Experimentales y de la Salud.* [internet]. 2021 [Consultado 2023 oct 13]; 5(9): p 19-27. Disponible en:

<https://repositorio.unimoron.edu.ar/bitstream/10.34073/276/1/2%20RICUM-9-BENHAİM.pdf>

49. Colegio de Enfermeros del Perú. Ley del Trabajo de la Enfermera(o) N.º 27669. [internet]. 2002. [Consultado 2023 oct 14]. Disponible en: https://www.conaren.org.pe/documentos/ley_trabajo_enfermero_27669.pdf
50. Castro M, Morales A, Riquelme C, Lobos M, González E, Herrera G. Manejo de la ansiedad y el estrés: cómo sobrellevarlos a través de diferentes técnicas. Rev. Confluencia. [internet]. 2021 [Consultado 2023 oct 14]; 4(1): p 110-115. Disponible en: <https://revistas.udd.cl/index.php/confluencia/article/view/569/521>
51. Cueto J. Estrés y enfermedad mental: la otra epidemia. Rev. Médica de la Universidad Veracruzana. [internet]. 2019 [Consultado 2023 oct 14]; 19(2): p 16-19. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/veracruzana/muv-2019/muv192c.pdf>
52. Castro G, Gutiérrez C, Salazar K, Sandoval J. El estrés y el cortisol antes y después de pruebas académicas en estudiantes de medicina. Unidad Central del Valle del Cauca. [internet]. 2021 [Consultado 2023 oct 15]; p 1-18 Disponible en: <https://repositorio.uceva.edu.co/bitstream/handle/20.500.12993/3085/00032011.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
53. Buttazzoni M, Casadey G. Influencia de la calidad del sueño y el estrés académico en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. [Tesis de pregrado]. Argentina: Universidad Católica; 2018. Disponible en: <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/559/1/influencia-calidad-sueno-estres.pdf>
54. Portilla S, Dussán C, Montoya D, Taborda J, Nieto L. Calidad de sueño y somnolencia diurna excesiva en estudiantes universitarios de diferentes dominios. Rev. Hacia Promoc. Salud. [internet]. 2019 [Consultado 2023 oct 16]; 24(1): p 84-96. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309159610008>

55. Morocho M. Cefaleas por estrés académico en los estudiantes de séptimo y octavo semestre de la Carrera de Terapia Física. [Tesis de pregrado]. Quito, Ecuador: Pontificia Universidad Católica del Ecuador; 2022. Disponible en: [http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/20328/TESIS%20FIN AL%20%20%283%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/20328/TESIS%20FIN%20AL%20%20%283%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
56. Tacca D, Tacca A. Factores de riesgos psicosociales y estrés percibido en docentes universitarios Rev. Universidad San Ignacio de Loyola, Vicerrectorado de Investigación. [internet]. 2019 [Consultado 2023 oct 15]; 7(3): p 323-353. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v7n3/a13v7n3.pdf>
57. Ganfornina A. El estrés y el sistema digestivo. Universidad de Sevilla [Tesis de Pregrado]. España: Universidad de Sevilla; 2017. Disponible en: <https://idus.us.es/handle/11441/64735>
58. Vera R. Relación entre estrés académico y calidad de vida de los estudiantes del internado de enfermería en una universidad pública de Lima Metropolitana, 2021 [Tesis de pregrado]. Lima, Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2021. Disponible en: [https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/16717/Ver_ br.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/16717/Ver_br.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
59. Pinargote E, Caicedo L. La ansiedad y su relación en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Manabí. Rev International Journal of Psychological Research. [Internet] 2023 [Consultado 2023 dic 14]; vol 3 (28): p 1832-1854. Disponible en: [https://www.redalyc.org/journal/5732/573263327006/573263327006.p df](https://www.redalyc.org/journal/5732/573263327006/573263327006.pdf)
60. Castillo I, Barrios A, Alvis L. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. Rev. Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo. [internet]. 2018 [Consultado 2023 oct 16]; 20(2). Disponible en: https://www.redalyc.org/journal/1452/145256681002/html/#redalyc_14

61. Cayo M. Agresividad y Estilos de Afrontamiento al Estrés en el personal de Salud del Hospital de Yunguyo, Perú 2020 [Tesis de pregrado]. Lima, Perú: Universidad César Vallejo; 2021. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/77656/Cayo_C MJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
62. Solano R. Relación entre estrés académico y agresividad en estudiantes universitarios de la ciudad de Ambato. [Tesis de pregrado]. Ambato, Ecuador: Universidad Católica del Ecuador; 2021. Disponible en: <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3365/1/77519.pdf>
63. Barreto D, Huaquipaco C, Estrés en tiempos de Pandemia y su Relación con el Rendimiento Académico de los Estudiantes Universitarios de 3ro a 5to año de la Escuela Profesional de Trabajo Social, UNSA - 2021. [Tesis de Pregrado]. Perú: Universidad Nacional de San Agustín, Arequipa. Disponible en: <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/fb2bd5aa-0cf8-473e-a385-78766ffdf639/content>
64. Obando R, Arévalo J, Aliaga R, Obando M. Ansiedad, estrés y depresión en enfermeros de emergencia Covid-19. Lima, Perú. Rev. Index Enferm [Internet]. 2021. [Consultado 2023 dic 15]; vol. 29 (4): p 225-229. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962020000300008
65. Souza M, Machorro M. Reacciones al estrés y aspectos psicoterapéuticos. México. Rev. Fac. Med. [internet]. 2022 [Consultado 2023 dic 15]; vol. 65(4): p 7-23. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0026-17422022000400007&script=sci_arttext
66. Crespo H, Benavides Y. Estrés académico y hábitos alimentarios en estudiantes que realizan prácticas clínicas en una universidad privada de Perú. [Tesis de pregrado]. Perú: Universidad Peruana Unión; 2023.

Disponible en:
https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/6547/Hellen_Tesis_Licenciatura_2023.pdf?sequence=7&isAllowed=y

67. Anaya R, Inga T. Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios durante las prácticas preprofesionales de la escuela de enfermería – Ayacucho, 2023. [Tesis de postgrado]. Perú: Universidad Nacional del Callao; 2023. Disponible en: <https://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12952/8080/TE SIS- ANAYA-INGA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

ANEXOS

Anexo 01: Validación del contenido del cuestionario

La validez del contenido del instrumento fue medida, por medio del Coeficiente de Validez de Contenido de Hernández Nieto, el cual consiste en evaluar la coherencia, claridad, escala y relevancia, mediante la siguiente fórmula:

$$CVC_i = \frac{\sum CVC}{N} = \sum \left[\frac{\frac{\sum X_i / J}{V_{mx}}}{-P_{ei}} \right] (1/N)$$

(Hernández Nieto, 2002, p72).

Donde:

N: número total de ítems

CVC: coeficiente de validez del contenido de la pregunta

CVCi: coeficiente de validez del contenido insesgado

$\sum x_i$: sumatoria de los puntajes asignados por cada juez J a cada uno de los ítems *i*

Vmx: valor máximo de la escala utilizada por los jueces

Pei: probabilidad de error para cada ítem

J: número de jueces asignando puntajes a cada ítem

Procedimiento para calcular el Coeficiente de validez de contenido (CVC), para cada uno de los ítems.

Ítem	Jueces (J)				$\sum x_i$	Vmx	$\frac{\sum x_i}{V_{mx}}$	CVCi	Pei	CVC
	1	2	3	4						
1	20	20	20	20	80	20	4	1,0000	1/256	0,9961
2	20	14	20	20	74	20	3,7	0,9250	1/256	0,9211

3	20	12	10	20	62	20	3,1	0,7750	1/256	0,7711
4	20	20	20	20	80	20	4	1,0000	1/256	0,9961
5	20	18	20	20	78	20	3,9	0,9750	1/256	0,9711
6	20	20	18	20	78	20	3,9	0,9750	1/256	0,9711
7	20	20	16	20	76	20	3,8	0,9500	1/256	0,9461
8	20	20	20	19	79	20	3,95	0,9875	1/256	0,9836
9	20	20	15	20	75	20	3,75	0,9375	1/256	0,9336
10	20	20	11	19	70	20	3,5	0,8750	1/256	0,8711
11	20	20	8	19	67	20	3,35	0,8375	1/256	0,8336
12	20	20	8	20	68	20	3,4	0,8500	1/256	0,8461
13	20	20	12	20	72	20	3,6	0,9000	1/256	0,8961
14	20	20	12	19	71	20	3,55	0,8875	1/256	0,8836
15	20	20	12	20	72	20	3,6	0,9000	1/256	0,8961

El coeficiente para esta prueba es: **CVC=0,9144**, lo cual representa un coeficiente de validez y concordancia excelentes, según la interpretación del CVC, se puede realizar con la siguiente escala de valores: a) menor a 0.6 validez y concordancia inaceptables. b) igual o mayor de 0.6 y menor a 0.7, validez y concordancias deficientes. c) Mayor que 0.71 y menor o igual que 0.8, validez y concordancia aceptables. d) Mayor que 0.8 y menor o igual a 0.9, validez y concordancia buenas. e) **Mayor que 0.9, validez y concordancia excelentes**. Como en este estudio.

Anexo 02: Prueba de confiabilidad del Alfa de Cronbach

Tabla 1: Confiabilidad del instrumento Estrés académico

Variable	Alfa de Cronbach	N de elementos
Estrés académico	0,922	15

Nota: Muestra piloto, fuente: SPSS 26.

El instrumento estrés académico aplicado a una muestra piloto de 10 internas de enfermería, consta de 15 ítems y que mediante la aplicación de la prueba de alfa de Cronbach se obtuvo una confiabilidad de 0.922, permitiendo afirmar que existe aceptabilidad y consistencia interna.

Anexo 03: Consentimiento informado



**UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ
GALLO
FACULTAD DE ENFERMERÍA**



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo interna (o) de la Facultad de Enfermería en pleno uso de mis facultades físicas y mentales acepto participar voluntariamente en la investigación titulada, “Estrés académico en las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, 2023”; cuyas autoras son: Bach. Enf. Esquen Cercado Daniela Abigail y Bach. Enf. Juárez Ynoñan Shirley.

Cuyo objetivo es: identificar el nivel de estrés académico de las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, 2023. Mi participación en la presente investigación será a través de una encuesta virtual, respondiendo los ítems.

Conozco que mi participación es anónima, que puedo negarme a participar o que me puedo retirar del estudio cuando así lo requiera, sin que ello me perjudique de alguna manera. Asimismo, me han informado que puedo solicitar información adicional a las investigadoras ante alguna duda.

Sabiendo la importancia del estudio acepto participar voluntariamente. Para dar conformidad de su consentimiento, marcar SI en el Formulario Google.

Anexo 04: Cuestionario SISCO adaptado



**UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ
GALLO
FACULTAD DE ENFERMERÍA**



Cuestionario SISCO adaptado

“Nivel de estrés académico en las internas de enfermería de una
universidad nacional de Lambayeque, 2023”

I. PRESENTACIÓN

Las investigadoras: Bach. Enf. Shirley Juárez Ynoñan y Bach. Enf. Daniela Abigail Esquen Cercado, nos encontramos ejecutando el proyecto de tesis, con el objetivo general: identificar el nivel de estrés académico de las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, 2023.

II. INSTRUCCIONES

Se presentarán un conjunto de situaciones, por lo que solicitamos desarrollen el cuestionario con la mayor veracidad posible.

De antemano: ¡MUCHAS GRACIAS!

III. CONTENIDO

¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado durante el internado?

Donde:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Casi siempre	Siempre
N	CN	R V	CS	S

Frecuencias:		N	C	R	C	S
			N	V	S	
Síntomas o Reacciones físicas						
1	No puedo conciliar el sueño o permanecer dormida por la preocupación que me origina las labores propias del internado					
2	Me siento muy agotada al estar durante largo tiempo brindando cuidado a la persona o familia					
3	Presento dolores de cabeza frecuentes					
4	Tengo síntomas o signos como dolor abdominal, diarrea, cólicos o náuseas que se acentúan durante mis turnos de trabajo					
5	Suelo rascarme, morderme las uñas con frecuencia					
6	Siento la necesidad de dormir durante períodos de actividades académicas					

Síntomas o Reacciones Psicológicos						
7	Soy incapaz de relajarme y estar tranquila					
8	Me siento melancólico o triste ante cualquier situación del internado					

9	Me genera ansiedad o angustia el no poder cumplir con las competencias específicas del internado					
10	Se me dificulta concentrarme en las actividades de enfermería					
11	Presento sentimientos de irritabilidad ante cualquier situación de estrés					
Síntomas o Reacciones Comportamentales						
12	Presento tendencia a discutir o generar conflictos durante una organización grupal					
13	Suelo realizar los trabajos asignados individualmente para evitar relacionarme con mis compañeros					
14	No tengo ganas de cumplir con las actividades programadas					
15	Siento muchas ganas de comer o no tengo apetito cuando se me presentan exceso de tareas					

Anexo 05: Recibo digital de Turnitin



Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por **Turnitin**. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega:	Daniela Abigail /shirley Esquén Cercado / Juarez Ynoñan
Título del ejercicio:	Quick Submit
Título de la entrega:	"Estrés académico en las internas de enfermería de una uni...
Nombre del archivo:	EWANTAMIENTO_SUGERENCIAS_POST_SUSTENTACION-14_de...
Tamaño del archivo:	1.79M
Total páginas:	66
Total de palabras:	13,557
Total de caracteres:	79,870
Fecha de entrega:	14-mar.-2024 08:01a. m. (UTC-0500)
Identificador de la entre...	2320247026

UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE ENFERMERÍA



ESSE

"Escuela constituida en las sesiones de educación de especialidad del
seminario de Licenciatura 2007"

FACULTAD DE ENFERMERÍA, VICE-RECTORADO ACADÉMICO, DE
Licenciatura en Enfermería

PROFESORAS:

Dra. Dra. Esperanza García, Dra. Dra. Argelia
Dra. Dra. Arlene Flores, Dra. Dra.

ASISTENTE:

Dra. Dra. Dra. Sánchez de García

Lima, Perú, 2024



Dra. Nora Elisa Sanchez de Garcia
Asesora
ORCID: 0000-0001-7508-557X

Derechos de autor 2024 Turnitin. Todos los derechos reservados.

Anexo 06: Resumen del reporte de Turnitin

"Estrés académico en las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, 2023"

INFORME DE ORIGINALIDAD

15%

INDICE DE SIMILITUD

15%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

6%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

hdl.handle.net

Fuente de Internet

2%

2

repositorio.unprg.edu.pe

Fuente de Internet

2%

3

dspace.unitru.edu.pe

Fuente de Internet

1%

4

repositorio.uss.edu.pe

Fuente de Internet

1%

5

repositorio.unac.edu.pe

Fuente de Internet

1%

6

scielo.isciii.es

Fuente de Internet

1%

7

repositorio.unc.edu.pe

Fuente de Internet

1%

8

repositorio.uma.edu.pe

Fuente de Internet

<1%

9

1library.co

Fuente de Internet

Nora Sánchez de García

Dra. Nora Elisa Sanchez de Garcia

Asesora

ORCID: 0000-0001-7508-557X

		<1 %
10	www.coursehero.com Fuente de Internet	<1 %
11	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1 %
12	docs.bvsalud.org Fuente de Internet	<1 %
13	redi.unjbg.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
14	Submitted to Universidad Privada Antenor Orrego Trabajo del estudiante	<1 %
15	Submitted to Universidad Nacional Santiago Antunez de Mayolo Trabajo del estudiante	<1 %
16	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
17	Submitted to Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo Trabajo del estudiante	<1 %
18	repositorio.upeu.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
19	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

Nora Sánchez de García

Dra. Nora Elisa Sanchez de Garcia
Asesora
ORCID: 0000-0001-7508-557X

20	cybertesis.unmsm.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
21	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
22	www.theibfr.com Fuente de Internet	<1 %
23	Submitted to Ana G. Méndez University Trabajo del estudiante	<1 %
24	repositorio.untrm.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
25	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
26	ceus.ucacue.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
27	repositorio.upsjb.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
28	up-rid.up.ac.pa Fuente de Internet	<1 %
29	Submitted to Universidad Católica de Santa María Trabajo del estudiante	<1 %
30	docplayer.es Fuente de Internet	<1 %

Nora Sánchez de García

Dra. Nora Elisa Sanchez de Garcia

Asesora

ORCID: 0000-0001-7508-557X

31	Dana Valentina Celeita-Perdomo, Kelly Yuranny Ruiz-Cortés, Margarita Portilla-Díaz. "Estrés académico en estudiantes del Programa de Enfermería de la Universidad de los Llanos", Boletín Semillero de Investigación en Familia, 2023 Publicación	<1 %
32	Submitted to Universidad Alas Peruanas Trabajo del estudiante	<1 %
33	Submitted to Universidad Señor de Sipan Trabajo del estudiante	<1 %
34	scielo.sld.cu Fuente de Internet	<1 %
35	Submitted to Universidad Señor de Sipan Trabajo del estudiante	<1 %
36	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
37	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
38	revistaespirales.com Fuente de Internet	<1 %
39	www.slideshare.net Fuente de Internet	<1 %

Nora Sánchez de García

Dra. Nora Elisa Sanchez de Garcia
Asesora
ORCID: 0000-0001-7508-557X