



UNIVERSIDAD JOSÉ CARLOS MARIÁTEGUI

VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TESIS

**“EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON LA
DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL 4TO AÑO DEL
NIVEL SECUNDARIO DE LA I.E. AMÉRICO GARIBALDI
GHERSI, DEL DISTRITO DE PACOCHA, ILO EN EL AÑO
2022”**

PRESENTADA POR

BACH. ESTHEFANNY MAQUERA QUISPE

BACH. KELLY QUISPE ARONI

ASESOR

MGR. PS. RENE LUCIO CHAMBI CUSI

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

MOQUEGUA - PERÚ

2023

ÍNDICE DE CONTENIDO

PÁGINA DE JURADO.....	i
DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO	iii
ÍNDICE DE CONTENIDO	iv
ÍNDICE DE TABLAS.....	vi
ÍNDICE DE FIGURAS.....	vii
RESUMEN.....	viii
ABSTRACT.....	ix
INTRODUCCIÓN	x
CAPITULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	1
1.1. Descripción de la Realidad Problemática.....	1
1.2. Definición del Problema	3
1.3. Objetivos de la Investigación	4
1.4. Justificación y limitaciones de la investigación	5
1.5. Variables	7
1.6. Hipótesis de la investigación	8
CAPITULO II: MARCO TEÓRICO.....	9
2.1 Antecedentes de la Investigación.....	9
2.2 Bases Teóricas	15
2.3 Marco Conceptual.....	29
CAPÍTULO III: MÉTODO	32
3.1 Tipo de investigación.....	32

3.2	Diseño de investigación.	32
3.3	Población y muestra	33
3.4	Técnicas, Instrumentos y Estrategias de recolección de datos	34
3.5	Técnicas de procesamiento y análisis de datos.	36
3.6	Criterios para el manejo de resultados.....	37
CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS		38
4.1	Presentación de los Resultados	38
4.2	Contrastación de hipótesis.....	47
4.3	Discusión de resultados.....	48
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES		50
5.1	Conclusiones	50
5.2	Recomendaciones.....	51
BIBLIOGRAFÍA.....		50
ANEXOS.....		56

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 : Operacionalización de Variables.....	7
Tabla 2 : Población de estudio	33
Tabla 3 : Nivel de estrés académico y la depresión en los alumnos.....	38
Tabla 4 : Nivel de estrés académico en los alumnos.....	39
Tabla 5 : Nivel de estrés académico en los alumnos varones	40
Tabla 6 : Nivel de estrés académico en las alumnas mujeres.....	41
Tabla 7 : Nivel de depresión en los alumnos.....	42
Tabla 8 : Nivel de depresión en los alumnos varones	43
Tabla 9 : Nivel de depresión en las alumnas mujeres	44
Tabla 10 : Nivel de estrés académico y género	45
Tabla 11 : Prueba de Chi-cuadrado de Pearson	47

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 : Nivel de estrés académico y la depresión en los alumnos	38
Figura 2 : Nivel de estrés académico en los alumnos	39
Figura 3 : Nivel de estrés académico en los alumnos varones.....	40
Figura 4 : Nivel de estrés académico en las alumnas mujeres	41
Figura 5 : Nivel de depresión en los alumnos	42
Figura 6 : Nivel de depresión en los alumnos varones.....	43
Figura 7 : Nivel de depresión en las alumnas mujeres	44
Figura 8 : Nivel de estrés académico por género.....	46

RESUMEN

En el presente trabajo de tesis se ha establecido como objetivo principal el determinar la relación entre el estrés académico y la depresión en estudiantes del nivel secundaria del colegio I.E. Américo Garibaldi Gherzi, provincia de Ilo en el año 2022. La metodología utilizada fue tipo cuantitativa, de nivel correlacional descriptivo – transversal.

Nuestra población utilizada fue de 122 alumnos matriculados en el 4to año nivel secundaria, se realizó un muestreo de tipo no probabilístico, para luego sesgar teniendo como criterios de exclusión, resultando una muestra para el estudio de 117 estudiantes.

Los dispositivos usados para la recolección de datos fue la Escala de estrés académico (SISCO) y la Escala de Depresión (CDS), lográndose obtener p valor de 0,569.

Concluyendo con resultados que muestran que no existe una relación estadísticamente significativa entre el estrés y la depresión entre el nivel académico en la población, sin embargo, se encontró que si hay factores externos que muestran tener estrés académico alto y una depresión en nivel bajo.

Palabras claves: estrés, depresión, correlacional.

ABSTRACT

In the present thesis work, the main objective has been established to determine the relationship between academic stress and depression in secondary school students of the I.E. Américo Garibaldi Gherzi, province of Ilo in the year 2022. The methodology used was quantitative, descriptive-transversal correlational level.

Our population used was 122 students enrolled in the 4th year secondary level, a non-probabilistic sampling was carried out, to later bias using exclusion criteria, resulting in a sample for the study of 117 students.

The devices used for data collection were the Academic Stress Scale (SISCO) and the Depression Scale (CDS), achieving a p value of 0.569.

Concluding with results that show that there is no statistically significant relationship between stress and depression between the academic level in the population, however, it was found that there are external factors that show high academic stress and low level depression.

Keywords: stress, depression, correlational.

INTRODUCCIÓN

Nuestro trabajo de tesis tiene como título **“El estrés académico y su relación con la depresión en estudiantes del 4to año del nivel secundario de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, Ilo en el año 2022”**, tiene como principal objetivo el poder identificar y desarrollar el planteamiento por partes, como corresponde a cada una de ellas, a través de una serie de contenidos que presentamos a continuación.

El proyecto se divide en siete aspectos, el primero son los datos de la investigación, que delimita el título del trabajo, el campo de investigación y los datos del autor. En el segundo punto se plantea la pregunta de investigación, además de la descripción del problema aborda aspectos como el planteamiento del problema propuesto, la definición del objetivo de investigación, racionalidad e importancia de la investigación, así como la determinación de variables, y determinación de la hipótesis de investigación. El tercer punto analiza el marco teórico relacionado con las variables de investigación, planteando inicialmente el análisis de diferentes antecedentes de relevancia tanto a nivel internacional como nacional, para luego desarrollar la base teórica relativa a cada variable. El cuarto punto proponemos los métodos de nuestra investigación, estableciendo así el tipo de investigación, diseño y determinación de población y muestra, seguido por determinación de técnicas de procesamiento de los datos. En el sexto punto presenta las referencias bibliográficas utilizadas para la formulación del plan, acorde a las normativas vigentes.

Finalmente, presentamos los anexos, en el que se ha desarrollado una matriz de consistencia y se proponen las herramientas a emplear.

CAPITULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Descripción de la Realidad Problemática

La pandemia del covid-19 ha generado efectos negativos en cuanto a la salud mental de la niñez, y tal como indica Skoog (2021), este se debe al prolongamiento del confinamiento, lo que ha generado impactos negativos y en consecuencia generan síntomas tales como depresión y ansiedad. En tal sentido, confinar a los menores trae consigo que estos puedan padecer también de estrés, falta de concentración y que sean vulnerables a violencia en el hogar.

El estrés académico es un proceso adaptativo y sistemático de naturaleza psicológica. Esto sucede cuando los estudiantes están expuestos a múltiples demandas del escolar. Estas demandas se consideran estresantes en base a la evaluación; cuando estos estresores hacen que el sistema se desequilibre (estados de estrés), se manifiestan como una serie de síntomas (indicadores de desequilibrio); por lo que se obliga al estudiante a tomar contramedidas para reequilibrar el sistema una vez que está equilibrado (Barraza, Martínez, Silva, Camargo, & Antuna, 2011).

Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud indica que los estados depresivos son trastornos de la mente, que se caracteriza por sensaciones de tristeza, pérdida de interés o disfrute, sentimientos de introspección, disminución de la autoestima, ausencia del sueño o del apetito, fatiga y problemas de atención (Organización Mundial de la Salud, 2017).

Además, los niveles de estrés derivan de inseguridad económica y alimentaria a la cual están expuestas las familias (Skoog, 2021).

Según el informe The Chronicle of Higher Education, de Estados Unidos citado por Informador (2021), el estrés también está manifiesto en los docentes y estudiantes, y estos últimos en un 80% manifiestan sentirse abrumados por la carga académica, y el 50% indica experimentar efectos negativos de niveles de estrés altos que atentan contra sus calificaciones.

Por tanto, la depresión en niños se está intensificando, y estos suelen presentar alejamientos de su familia, amigos, escuela y/o rutinas diarias, lo que puede traer consecuencias a futuro. Es decir, el confinamiento puede atacar contra la capacidad de relación de los niños con otras personas de su edad, lo que puede afectar la personalidad y relaciones interpersonales en un largo plazo (Arroyo, 2021).

El problema del estrés laboral también se replica en el Perú, y peor aun considerando que la modalidad de educación remota se ve amenazada por inaccesibilidad a servicios como el internet, de los cuales solo el 39% tiene acceso, y medidas impulsadas por el Gobierno que no logran el alcance debido (Gestión, 2021).

Esta realidad se replica en instituciones de todo el ámbito nacional, por lo que no está ajena la I.E. Américo Garibaldi Gherzi, esta también denota riesgos que sus estudiantes padezcan de estrés académico y por tanto que ello genere como consecuencia depresión, considerando un contexto de educación remota.

Por ello, nuestra investigación tiene la finalidad de determinar y evaluar qué relación existente entre el estrés académico y la depresión, para lo cual se toma el caso de estudio de la I.E. Américo Garibaldi Gherzi, sobre los estudiantes de nivel secundario (4to año), cuya inserción en la sociedad debe asegurarse con plena salud mental, la misma que se ve atentada.

1.2. Definición del Problema

1.2.1. Problema General

¿Cómo se relaciona el estrés académico y la depresión en estudiantes del 4to año del nivel secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, ciudad de Ilo, año 2022?

1.2.2. Problemas Específicos

¿Cuál es el nivel de estrés académico de los estudiantes del 4to año nivel secundario de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022?

¿Cuál es el nivel de estrés académico de los estudiantes varones del 4to año del nivel secundario de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022?

¿Cuál es el nivel de estrés académico de las estudiantes mujeres del 4to año del nivel secundario de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022?

¿Cuál es el nivel de depresión de los estudiantes del 4to año del nivel secundario de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022?

¿Cuál es el nivel de depresión de los estudiantes varones del 4to año del nivel secundario de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022?

¿Cuál es el nivel de depresión de las estudiantes mujeres del 4to año del nivel secundario de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022?

¿Cuál es grado de relación entre el estrés académico y la depresión en los estudiantes del 4to año del nivel secundario de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022?

1.3. Objetivos de la Investigación

1.3.1. Objetivo General

Determinar la relación del estrés académico y la depresión de los estudiantes del 4to año del nivel secundario de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022.

1.3.2. Objetivos Específicos

- Medir el nivel de estrés académico de los estudiantes del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022
- Medir el nivel de estrés académico en los estudiantes varones del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022
- Medir el nivel de estrés académico en las estudiantes mujeres del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022
- Analizar el nivel de depresión en los estudiantes del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022
- Analizar el nivel de depresión en los estudiantes varones del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022
- Analizar el nivel de depresión en las estudiantes mujeres del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022
- Establecer el grado de relación entre el estrés académico y la depresión en los estudiantes del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022”

1.4. Justificación y limitaciones de la investigación

Considerando la relevancia que implica la investigación, es razonable en base a su originalidad, relevancia científica, relevancia práctica, relevancia social, viabilidad, interés personal y aporte académico.

Respecto a la originalidad de la investigación, el estudio es original, es decir, no se ha realizado previamente, y aborda un primer estudio sobre la I.E. Américo Garibaldi Gherzi, para poder conocer estrés académico y la depresión, logrando con ello que se obtenga información que conduzca a entender cuáles son las características que tienen los estudiantes con relación a su salud mental, a fin de decidir por optar medidas que permitan abordarlas.

De acuerdo con la trascendencia científica, la investigación conduce a estudiar y ampliar las teorías relacionadas al estrés académico y depresión, lo que significa analizar los enunciados anteriores para contrastarlos con la realidad problemática, que a su vez es fuente de conocimiento empírico.

Dada su relevancia práctica, la investigación, según su desarrollo, permite que se obtenga información primaria a favor de la Carrera Profesional de Psicología de la Universidad José Carlos Mariátegui - Sede Ilo, la cual podrá ser empleada según sus directivos de forma directa para favorecer no solo a dicha institución, sino también a las áreas encargadas de la psicología y seguimiento estudiantil, para que se pueda tomar decisiones con fines de mejorar el contexto académico según la ejecución póstuma de programas y acciones de mejora, y que velen de tal manera por la integridad y salud mental y psicológica de los estudiantes, y que al mismo tiempo logre crear condiciones para obtener mejores rendimientos académicos, asegurando la formación del estudiante de la carrera.

Así también, de acuerdo a la relevancia social, la investigación tiene su justificación debido a que se dirige a generar aportes directos respecto al comportamiento de los estudiantes de la institución, con prospección a lograr un

diagnóstico del estrés académico y resiliencia, lo que permitirá que se logre una contribución, tomando en cuenta las decisiones referentes en el ámbito práctico, a formar profesionales a futuro, que puedan lograr un adecuado desarrollo en cuanto a competencias y habilidades que pide la carrera sin que esta se vea afectada por factores que atenten contra tal.

En cuanto a la factibilidad para su desarrollo, en base a la disponibilidad y accesibilidad de la I.E. Américo Garibaldi Gherzi, la investigación es viable debido principalmente a que se cuenta con el acceso que permita la aplicación de las herramientas de investigación. Del mismo modo, la investigación también es factible en base a la existencia de información auxiliar que permite complementar el contenido de la investigación a partir de las revisiones bibliográficas.

Esta investigación a nivel personal, como investigadora, trasciende en la motivación para realizar investigaciones relativas a la salud mental en función de un profundo interés sobre el campo relacionado al estrés académico y la depresión, y las necesidades para abordar el ámbito en la I.E. Américo Garibaldi Gherzi que permita construir un diagnóstico basado en la salud mental de los alumnos de dicha institución.

Además, esta investigación también representa un aporte académico, puesto que su aplicación representa el logro de un nuevo marco de referencia que sea un beneficioso aporte para las comunidades académicas y científicas, permitiendo a futuros investigadores resolver problemas similares que conduzcan a considerar la implementación y el uso del instrumento de investigación. Los métodos utilizados en esta investigación podrán ser empleados para resolver problemas de investigación similares.

1.5. Variables

La siguiente operacionalización toma el modelo Barraza (2007) en la escala SISCO, para evaluar el estrés académico, y el Cuestionario de Depresión para Niños (CDS).para evaluar la depresión.

1.5.1 Cuadro de operacionalización de Variables

Tabla 1
Operacionalización de Variables

Variable	Indicadores	Categoría	Escala
Variable independiente: Estrés académico Variable dependiente: Depresión	Inquietud de situaciones	1: Nunca	Ordinal
	Reacciones físicas	2: Rara vez	
	Reacciones psicológicas	3: Algunas veces	
	Reacción comportamental	4: Casi siempre	
		5: Siempre	
	Afrontamiento	1.Muy de acuerdo	Ordinal
	Respuesta Afectiva (Ra)	2.De acuerdo	
	Problemas Sociales (Ps):	3.No estoy seguro	
	Autoestima (Ae):	4.En desacuerdo	
	Preocupación Por La Propia Enfermedad Y Muerte (Pm)	5.Muy en desacuerdo	
	Culpa (Sc):		
	PLACER (AA o P)		
	Miscelánea D		
	Miscelánea P		

Nota. Fuente propia (2023)

1.6. Hipótesis de la investigación

1.6.1. Hipótesis General

H_g : El estrés académico se relaciona significativamente con la depresión en los estudiantes del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheri, distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022.

H₀ : El estrés académico **No** se relaciona significativamente con la depresión en los estudiantes del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheri, distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022.

1.6.2. Hipótesis General

H₁ : El nivel de estrés académico en estudiantes del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheri, distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022 es alto.

H₂ : El nivel de estrés académico por género en estudiantes del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheri, distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022 es diferente.

H₃ : El nivel de depresión en estudiantes del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheri, distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022 es regular.

H₄ : El nivel de depresión por género en estudiantes del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheri, distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022 es diferente.

H₅ : El grado de relación entre el estrés académico y la depresión en estudiantes del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheri, distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022 es moderado.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la Investigación

2.1.1. A nivel Internacional

Cobiellas et. al. 2020, desarrollaron la tesis titulada “Estrés académico y depresión mental en estudiantes de primer año de medicina”, en La Habana, Cuba. El objetivo fue determinar el nivel de estrés académico y depresión mental en estudiantes de primer año de medicina. De estudio transversal que incluye a 732 estudiantes de primer año de Medicina.

El presente estudio fue conformado por 246 estudiantes seleccionados por muestreo aleatorio simple, encuestando electrónicamente. Una vez realizada la prueba estadística, los resultados evidenciaron que el 75,73% de los estudiantes tenían entre 18 y 19 años y 153 de ellos eran mujeres. El 63,11% de las personas presentaba un exceso de nivel de estrés; el 56,8% estrés patológico; el 54,85% niveles moderados de depresión; el 57,69% de las personas presentaban estrés excesivo, niveles moderados de depresión. La dificultad para resolver el problema afectó la aparición de la depresión. Al final, la conclusión fue que el grado de estrés académico y depresión está íntimamente relacionado con su apariencia.

Trunce Morales, S., Villarroel Quinchalef, G., Arntz Vera, J., Muñoz 2020, en la investigación “Niveles de Depresión, Ansiedad, Estrés y su Relación con el Rendimiento Académico en Estudiantes Universitarios” Universidad Nacional Autónoma de México, determinaron que las condiciones sociales y académicas que pueden afectar la salud mental de un estudiante, teniendo en cuenta los requisitos académicos, también están los problemas de aprendizaje así como la consecución

de nuevas habilidades para el progreso de la carrera, la planificación de la autogestión, la integración en nuevos entornos de aprendizaje, la identificación de los niveles de estrés, depresión y ansiedad de los estudiantes en la educación superior en salud, comparándolos con el conjunto de logros académicos, que utiliza un diseño transversal descriptivo, exploratorio, no empírico, cuantitativo. Tipo de muestra no probabilística, 186 estudiantes de universidades públicas del sur de Chile de la facultad de medicina, determinado con un 95 % de confianza y 5 % de error alfa. Se utilizó la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés DASS-21, en formato de escala Likert.. La prevalencia de estos trastornos en el grupo de 186 estudiantes encuestados; el 29% tiene un trastorno que se relaciona con la depresión, el 53.2% con la ansiedad y 47,8% por estrés.

Muñoz et al. 2019, en la tesis “Relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes de octavo semestre que se encuentran desarrollando trabajo de grado y prácticas profesionales en una institución de educación superior del Valle de Aburrá”, del Tecnológico de Antioquia, en Medellín, Colombia. El Objetivo fue determinar la relación que tiene la ansiedad y el estrés académico en estudiantes. Los tipos de estudio fueron estudios descriptivos correlacionales y transversales. Se toma una muestra de 110 estudiantes de psicología del octavo semestre. Se utiliza la Escala de Ansiedad de Beck y la Escala de Estrés Académico SISCO. Los resultados mostraron que, en comparación con los estudiantes del campus principal, los estudiantes no tenían más espacio e intereses diferentes, y sufrían más síntomas de ansiedad que otras sedes universitarias. La conclusión fue que la correlación entre la ansiedad y la presión académica de los estudiantes que realizan trabajos de grado y el nivel de práctica preprofesional fue de 0,633 ($p < 0,01$). Por lo que existe una asociación fuerte y positiva altamente significativa entre las variables.

Kloster y Perrotta, 2019, en su trabajo de investigación “Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná, Estado de México en el Ciclo Escolar 2018-2019”, de la Universidad Católica Argentina, en Paraná. Cuyo objetivo fue caracterizar el estrés académico, los principales agentes estresores y

los modos de afrontamiento que tienen los estudiantes respecto al estrés académico. El trabajo de investigación utilizado fue de tipo descriptivo-comparativo, corte de Kloster y Perrotta, 2019, en su trabajo de investigación “Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná, Estado de México en el Ciclo Escolar 2018-2019”, de la Universidad Católica Argentina, en Paraná. Cuyo objetivo fue caracterizar el estrés académico, los principales agentes estresores y los modos de afrontamiento que tienen los estudiantes respecto al estrés académico. El trabajo de investigación utilizado fue de tipo descriptivo-comparativo, corte de diseño transversal. 163 estudiantes universitarios fueron tomados como muestra, los que cursaban el primero, cuarto y quinto año, las edades estaban comprendidas de 17 y los 38 años. Con el fin de recopilar información sobre la presión que tienen en el aprendizaje los universitarios, la presión de estudio de Barraza Macías de SISCO se manejó utilizando tecnología de encuestas. Una vez que se lleva a cabo el análisis estadístico (t student), el resultado es afirmativo. Los estudiantes universitarios generalmente mostraron un grado moderado de presión de aprendizaje, y se evidenció que no hay diferencia significativa en el nivel de presión de aprendizaje en los estudiantes de educación secundaria.

Saleh, Camart y Romo, 2017 en su estudio “Factores de Riesgos Asociados al Estrés en Estudiantes Universitarios”; en la Universidad Politécnico Grancolombiano, realizaron estudios que evaluaron la vulnerabilidad al estrés académico y buscaron determinar el papel de varios factores, incluidos los síntomas físicos como el desvelo y alerta, el nivel de educación, la edad, la autoestima, la seguridad en sí mismo o autoconfianza, la autoeficacia y el temperamento insomnio o vigilia, ansiedad, disturbios sociales y depresión mayor relacionados con el estrés visto por los estudiantes. Se hicieron estudios de correlación descriptiva de 83 estudiantes universitarios y se relacionaron con el estrés percibido por los estudiantes. Se encontró que el 86,3% de los estudiantes sufrían ansiedad, ansiedad-depresión. Más de la mitad sufría de baja autoestima, bajo optimismo y baja autoeficacia. La finalidad del estudio fue identificar algunos de los factores de riesgo asociados al estrés. Los resultados confirman que los estresores que más afectan a los estudiantes son el exceso de trabajo escolar, el poco tiempo para las actividades, los exámenes

y el compromiso/carácter del tutor, se concluye que las circunstancias, los problemas familiares, la sobrecarga laboral y académica y los problemas ambientales afectan a los estudiantes.

2.1.2. A nivel Nacional

Chávez, 2021, en su tesis “Estrés académico y depresión en estudiantes universitarios de Psicología de una Universidad Privada, Huamanga 2021”, en Ayacucho. Se estableció como objetivo determinar la relación entre el estrés académico y la depresión, el estudio fue a nivel cuantitativo, correlacional, descriptivo, hipotético-deductivo. Conformándose una muestra de 196 estudiantes de psicología. Se utilizó el Cuestionario de Evaluación de Estrés Académico (CEEA), así como Inventario de Depresión de Beck II (BDI-II). Obteniendo como resultado que existe una correlación entre las variables de estudio.

Espinoza, 2020, elaboró su tesis “Estrés y depresión en el entorno académico - social en pandemia COVID-19 en estudiantes de odontología durante el 2020” de la Universidad Científica del Sur, Lima. El objetivo del trabajo fue determinar la relación existente entre el estrés y depresión ante la pandemia del COVID-19. El tipo de investigación elegido fue descriptivo observacional, transversal y prospectivo, la cantidad de población a participar fueron 108 alumnos de 6to a 10mo ciclo y la aplicación de los instrumentos se realizó mediante un cuestionario con la escala SISCO y la escala BECK (IDB II). La conclusión es que si existe diferencias entre el estrés académico y depresión en los universitarios del 6to al 10mo ciclo.

Bruno Gabriel Castañeda Hidalgo, 2020, en su estudio “Depresión, ansiedad y estrés en tiempos de pandemia, en los estudiantes de la Universidad Privada de Tacna” investigación con enfoque cuantitativo, descriptivo no experimental y transaccional. Evalúa a 369 estudiantes de la Universidad Privada de Tacna, con muestreo no probabilístico estratificado de tipo intencional. Se utiliza la escala de depresión, ansiedad y estrés, el (DASS 21) de Lovibond y Lovibond, cuyos resultados determinaron que existe correlación significativamente entre las tres

variables. Determinaron que existen niveles severos de depresión, ansiedad y estrés en los estudiantes universitarios de la Universidad Privada de Tacna en tiempos de COVID 19.

Carlos Eduardo Perlacios Cruz, 2020, en su investigación “Factores Asociados al Estrés Académico en Estudiantes Universitarios, 2020 UNSA Arequipa”, cuya finalidad fue establecer la relación entre inteligencia emocional, afrontamiento al estrés, estilos de vida saludable y estrés académico. El tipo de investigación usado fue de índole correlacional, diseño no experimental y transversal. Cuya muestra quedó en 299 universitarios de diferentes géneros. Se usó el cuestionario de Inteligencia Emocional, Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE), Cuestionario de Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) e Inventario de Estrés Académico (SISCO). Teniendo como resultado la existencia de relación inversa entre el Estilo de Vida Saludable y el estrés académico, con valores calculados $r = - 0.730$ con un valor $p = 0.001$ ($p < 0.05$). En conclusión, se evidencia un nivel bajo o inadecuado de estilo de vida saludable.

Maquera (2020), desarrolló su tesis “Depresión y estrés académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno - 2019”, de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, en Puno. El objetivo de la investigación fue determinar la relación entre la depresión y el estrés académico. Los tipos de estudio fueron de tipo correlacional, con diseño no experimentales y transversales. La muestra estuvo compuesta por 70 estudiantes. La técnica utilizada fue una encuesta de dos variables. La herramienta para las variables de depresión fue la escala de Zung y la lista de verificación SISCO se utilizó para las variables de estrés académico. Ambas herramientas fueron efectivas y confiables. Para el análisis de los datos se utilizó el software estadístico SPSS versión 23.0 y la hipótesis se verificó mediante la prueba de chi-cuadrado de prueba estadística. Los resultados de los niveles de depresión fueron: normal 57,4%, leve 25,9%, moderada 14,8% y severa 1,9%. La presión académica mostró que el 81,5% de las personas estaban en un nivel moderado, el 13,0% eran leves y el 5,5% eran profundas; el

57,4% eran depresión normal, el 25,9% eran leves, el 14,8% eran moderadas y el 1,9% eran graves. Finalmente, la conclusión fue que a través de la prueba X² (valor 30,702 y valor de probabilidad $p = 0,000 < p = 0,05$), existe un vínculo entre depresión y estrés académico entre los estudiantes de séptimo ciclo de la Facultad de Enfermería.

Salinas, 2018, “Estrés académico y niveles de depresión en estudiantes de la Escuela Profesional de Estadística e Informática de la Facultad de Ciencias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión”, de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión Huacho, en Lima. El objetivo fue, determinar la relación que existe entre el estrés académico y la depresión. El tipo de investigación fue básico, de nivel descriptivo, correlacional, y diseño no experimental. La muestra estuvo constituida por 47 estudiantes del I al X ciclo. Los instrumentos fueron el Inventario SISCO y BDI. Una vez realizado el análisis estadístico correspondiente (coeficiente de correlación de Spearman), se pudo concluir que existe una asociación entre las dos variables, con un valor de 0,485, lo que indica una asociación moderada. Se recomendó que los instructores hagan un seguimiento, capaciten y orienten a los estudiantes.

Quiñones, 2017, en su tesis titulada “Relación entre el nivel de estrés y depresión en adolescentes de cuarto y quinto año de secundaria de la Institución Educativa Particular Nuevo Pitágoras, San Juan de Lurigancho”. El objetivo fue establecer si el estrés se relaciona con la depresión en los adolescentes de 4to y 5to grado de secundaria. Optando por el tipo de estudio cuantitativo, con método descriptivo, correlacional y transversal, la muestra se dio con la cantidad de 50 adolescentes. La técnica e instrumentos aplicados fueron la encuesta, la escala de indicadores físicos y psicoemocionales de estrés y el inventario de Depresión de Beck. Los cuales dieron como resultado del 100% (50), 32%(16) muestran un severo estrés, 20%(10) moderado y 48%(24) leve; 14%(7) tienen una grave depresión, 40%(20) moderada, 28%(14) leve y 18%(9) no presentan depresión. Lo que afirmó que si existe relación entre las variables.

2.2 Bases Teóricas

2.2.1. Estrés académico

Según Berrio y Mazo (2011), afirman que el estrés académico se define como respuestas fisiológicas, emocionales, cognitivas y conductuales a estímulos y eventos académicos. A través de encuestas se ha podido determinar diferentes variables como género, edad, ocupación, estrategias de afrontamiento, etc.

Asimismo, Martín (2007) define que el estrés académico tiende a ser un fenómeno complejo, que involucra una serie de variables interrelacionadas, entre las que se pueden distinguir: la fuente de presión académica, la experiencia subjetiva de la presión, porque en muchos casos, la presión no es necesariamente la causa de la depresión, sino que sus pensamientos quedan excluidos. En tercer lugar. Un moderador atribuido a la presión académica y su impacto; entre las variables de mitigación, se observan variables biológicas, incluyendo edad, género y psicología social, como estrategias de afrontamiento y apoyo social.

Según, Caldera, Pulido y Martínez (2007), indica que el estrés académico, como la presión causada por las exigencias del sistema educativo. Por ende, los estudiantes y los profesores sufren con este problema. Sin embargo, se centra en la exigencia de aprendizaje del estudiante.

Peiro (2005) indica que el estrés académico es un sistema de adaptabilidad del alumno. De acuerdo con su capacidad, la adaptabilidad tendrá un efecto en el rendimiento académico.

Finalmente, Lumley y Provenzano (2003) afirman que el estrés académico puede afectar el rendimiento de los estudiantes, interferir con los comportamientos adaptativos (como participar en el aprendizaje y las actividades en el aula) u obstaculizar los procesos cognitivos básicos (como la atención y la memoria).

2.2.1.1. Tipos de Estrés académico

En relación Puliti (2004), las exigencias que dan origen al estrés académico son de 02 tipos:

- **Exigencias Internas:** En otras palabras, aquellos de nosotros que admitimos que somos bastante exigentes, tenemos grandes expectativas de logro y necesitamos mantener el control y luchar por ello.
- **Exigencias Externas:** Es decir, en el entorno se muestra destacar en los siguientes aspectos: presentar trabajos, pruebas y exámenes de tiempo limitado; realizar tareas grupales; presentarse al inicio de clases; no entender qué se discute en los contenidos de clase; tiempo de estudio limitado, entre otras cosas.

2.2.1.2. Clasificación del Estrés académico

Barraza (2005), define a los estresores académicos como estímulos negativos que se crean en los estudiantes por necesidades internas o externas, que afectan su desempeño en el ámbito académico. Podemos determinar la clasificación siguiente:

Generales o estresores de proceso enseñanza – aprendizaje: Es la relación con el personal de profesorado, el personal administrativo y el personal estudiantil. Los requisitos del docente crean un ambiente tenso en el aula. No se limitan a la profesión o nivel. Encontramos:

- *La Personalidad del docente:* Dificulta la relación entre profesores y alumnos creando presión. En algunos casos, pueden asustar a los estudiantes.

Sobrecarga de tareas: No hay diferencia entre la cantidad de tareas y el tiempo disponible para los estudiantes.

- *Evaluaciones:* Incluidas evaluaciones grupales, orales y escritas que generan estrés y evaluaciones personales. La falta de preparación puede ser extremadamente estresante y teniendo en cuenta que sus calificaciones dependen de exámenes específicos, lo que puede hacer que los estudiantes colapsen.
- *Tipos de trabajos:* El profesor solicita trabajos complejos, lo que requiere un denotado esfuerzo.

2.2.1.3. Factores relacionados al Estrés académico

En relación con Rosales (2016), los factores asociados al estrés académico son:

- Estrés y carrera universitaria: Monzón (2007) indica que el nivel del estrés en el aprendizaje estudiantil aumentará de acuerdo con el ciclo de aprendizaje del estudiante, mayor sea el progreso, aumentará el nivel de estrés. Por otro lado, Marty, Lavin, Figueroa, Larraín y Cruz (2005) señalaron que los niveles de estrés dependerán del ciclo y grado de estudios universitarios, por lo que podemos ver que la incidencia de estrés médico es mayor, y en psicología, presión de aprendizaje moderada.
- Estrés y género: Muñoz (2004) refiere que la variable género no es tan relevante en términos de exigencia académica. Sin embargo, algunas investigaciones nos dicen que el estrés académico en mujeres es más que la de los hombres. Determinándose que al mayor malestar psicológico y ansiedad lo perciben las mujeres. Lastenia (2006) determinó que los estudios sobre género y estrés es básicamente cambiante y no concluyente.
- Estrés y variables educativas: Caldera, Martínez y Pulido (2007) creen que los alumnos con menos estrés tienen un moderado rendimiento académico.

2.2.1.4. Fases del Estrés académico

El autor Selye (1975) identificó 03 etapas, a saber, respuesta de alerta, etapa de resistencia y etapa de fatiga. Ha trabajado centrando la atención de médicos y psicólogos en las consecuencias del estrés como modelo a respuesta de factores estresantes, que es ampliamente conocido como SAG (Síndrome de Adaptación General). Presenta las siguientes fases:

- **Reacción de alarma**: Etapa más suave y ocurre todos los días. En esta etapa, aparecen los síntomas: problemas para respirar, ritmo cardíaco en aumento,

presión arterial alterada y dolor. Dichas reacciones devienen por la secreción de hormonas como la adrenalina, secreción que comienza a actuar rápidamente, preparando al organismo para una rápida acción.

- **Resistencia:** Es el segundo proceso en la fase de adaptación al estrés. Cuando el estado agresivo es prolongado, la respuesta adaptativa comenzará un proceso de resistencia al estado. Esta fase es una continuación de la anterior etapa, que puede compensar el costo energético causado por el estrés, por lo que se puede evitar el agotamiento del sistema orgánico. En esta etapa, el cuerpo libera otras hormonas (hormonas similares a la glucocorticoide) que pueden elevar el nivel de glucosa requerido por el cuerpo para su desenvolvimiento normal del corazón, el cerebro y los músculos. En esta fase, las personas afectadas tomarán diferentes comportamientos: algunas personas están preparadas para enfrentar la presión, otras seguirán viviendo sin preocupación alguna por resolver su propia situación o evitar situaciones que puedan desencadenar.
- **Agotamiento:** Cuando continúan apareciendo imágenes de estrés severo, el cuerpo pierde la capacidad de respuesta y se fatiga. El estrés es tan intenso que las personas afectadas no pueden enfrentarse a la agresión. El cuerpo colapsa y ya no puede defenderse de la agresión. Las reservas mentales y biológicas se han agotado. En esta etapa, la persona afectada puede desarrollar cierta morbilidad, lo que hace que el cuerpo pierda su capacidad de activación.

Inicialmente, era un modelo biológico en el que se proponía emitir una alarma (respuesta de alarma) al organismo, para ser desencadenaba en forma de actividad autónoma (fase de resistencia), si dicha actividad duraba demasiado, entonces produce destrucción y desintegración.

2.2.1.5. Estrategias de prevención del Estrés académico

Stahl y Goldstein (2013) indicaron que existen algunas estrategias para prevenir el orden cronológico del estrés, así como ayudar a afrontar el desempeño de la fase de fatiga. Consisten en:

- Priorizar las actividades entre ellos.
- Identificar diferentes habilidades de estudio.

- Comer sano en un momento estable.
- Participar en actividades deportivas o de entretenimiento.
- Dedicar tiempo a intereses.
- Mantener un ciclo de sueño estable.
- Pedir ayuda y compartir con los demás.
- Practicar los ejercicios de Jacobson y profunda respiración
- Mantener un adecuado sentido del humor.
- Tratar de mantener la calma y el silencio.

2.2.1.6. Teorías relacionadas al Estrés académico

En la teoría propuesta relacionada con la explicación del estrés académico, una vez revisada la literatura, para este estudio se toman los siguientes planteamientos:

a) Inventario SISCO

La lista SISCO fue compilada por Barraza (2007), quien aclaró la lógica deductiva y la lógica inductiva de manera clara y sistemática. Por un lado, se apoya en un gran número de estudios bibliográficos. Por otro lado, se produce por inducción, que es una guía para la estructura propuesta basada en investigaciones cualitativas previas. Contiene 05 valores de frecuencia, que incluyen: nunca, raramente, a veces, casi siempre y siempre. Estos ítems se asignan de acuerdo con las siguientes dimensiones e indicadores:

Estrategias de afrontamiento

- *La resolución de problemas:* Tiene que ver con el proceso de actividades que tienen como objetivo modificar requisitos para resolver molestias o aumentar recursos para resolver problemas.
- *El control de emociones:* Es utilizada cuando la fuente de estrés es permanente (como la muerte de un ser querido)., con un enfoque para el manejo de todo lo relacionado a las emociones y su relación con el evento (evitación cognitiva, aceptación de la resignación, agitación emocional, etc.). Se puede identificar:
 - Aclamaciones así mismo.

- Declaraciones.
- Habilidad asertiva.
- Indagación de información respecto a las situaciones.
- Preparación de un plan y realización de tareas.
- Religiosidad.

Estresores académicos

- Algunas personas tienen un espíritu de equipo débil.
- Trabajo de rutina diaria y mucho trabajo asignado a los estudiantes tanto dentro como fuera de la institución.
- Los estudiantes deben estar acostumbrado a asumir las responsabilidades.
- Un lugar de aprendizaje inadecuado tendrá un impacto negativo en su rendimiento académico.
- Muy poco tiempo para cumplir con todas las actividades asignadas.
- El docente o alumno líder del curso tiene un problema.
- Pruebas continuas.
- Dificultades para comprender determinados tipos de trabajo que los docentes dejan para los estudiantes.

Síntomas de estrés académico

Rossi, citado por Barraza (2005), indica 03 tipos de reacciones al estrés académico:

- *Síntomas físicos*: Dolores de cabeza, cansancio, hipertensión arterial, problemas de estómago, imposibilidad de alcanzar metas, dolor de espalda, dificultad para conciliar el sueño, gripe, adelgazamiento, gestos que indican malestar personal, etc.
- *Síntomas psicológicos*: Nerviosismo, frustración, desatención, enfado, dificultad en la toma de decisiones, mínima autoconfianza, inquietud, déficit en la motivación, dificultad para controla el problema, pobres pensamientos sobre la vida, preocupación por cosas estresantes, dificultad para la concentración, etc.

- *Síntomas comportamentales*: El anhelo de fumar constantemente, el olvido constante, el conflicto diario en relación a lo que está sucediendo, la dificultad para completar las tareas asignadas, la pérdida o el aumento de la comida, y el desinterés por uno mismo y los demás.

Barraza (2007) propone el inventario SISCO para medir el estrés académico a partir de 31 ítems. Para ello, el instrumento presenta una confiabilidad por mitades de 0.87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de 0.90, estableciendo dimensiones de medición en:

- Inquietud de situaciones
- Reacciones físicas
- Reacciones psicológicas
- Reacciones comportamentales
- Afrontamiento

b) Escala EPGE-14

La escala EPGE-14 es un instrumento que sirve para medir los resultados del nivel de estrés que una persona experimenta en los últimos meses de vida (Cohen, Kamarck, & Mermelstein, 1983). La Escala compuesta por 14 elementos, de los cuales 7 ítems corresponden a la dimensión positiva y los otros 7 elementos para la dimensión negativa. Al sumar las puntuaciones de los elementos positivos (caracterizados por declaraciones positivas) y las puntuaciones de los elementos negativos, se puede obtener la puntuación general. Para hacer una escala, se deben evaluar 03 muestras. En América del sur, Benítez, D'Anello y Noel (2012) comenzaron a adaptar EPGE-14 en Venezuela. Hicieron un estudio con 867 funcionarios públicos de entre 17 y 33 años.

2.2.1. Depresión

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2018), la depresión es un trastorno mental común caracterizado por un estado recurrente de tristeza y falta de interés en alcanzar los objetivos actuales y futuros.

Según el CIE 11, (2017), Es un cambio de humor o emoción, y este cambio de humor suele ir acompañado de un cambio en el nivel general de actividad. Sufre de un estado de ánimo deprimido y tiene poca energía y actividad. Se pierde el placer, el interés y la concentración, e incluso el mínimo esfuerzo a menudo conduce a una fatiga considerable. El sueño generalmente se ve perturbado durante los períodos de disminución del apetito. La mayor parte del tiempo, la autoestima y la confianza en uno mismo disminuyen, y a menudo surgen sentimientos de culpa e inutilidad, incluso en formas más leves. El estado de ánimo bajo varía poco de un día a otro, es incompatible con la situación y puede ir acompañado de los llamados síntomas "físicos" y "somáticos" (melancólicos).

Según el DSM V (2014); La depresión es un trastorno marcado por una tristeza que es intensa o la suficientemente prolongada como para interferir con el funcionamiento. Se desconoce la causa exacta, pero puede estar relacionada con la genética, niveles alterados de neurotransmisores, el deterioro de la función neuroendocrina y componentes psicosociales.

Por otro lado, Moreno et al. (2009) Definen a la depresión como un trastorno del estado de ánimo conllevado a la tristeza, donde la persona se da cuenta de que la mayoría de las actividades de la vida diaria están muy reducidas en energía e interés, lo que limita su desarrollo antes de ese momento, y se acompaña de un pesimismo significativo, que no se corresponde con la personalidad habitual del paciente. .

Asimismo, Alberdi et al. (2006) Indican que la depresión es un síndrome o grupo de síntomas que pueden evaluarse y clasificarse según ciertos criterios de diagnóstico quirúrgico razonables.

Passel (1998), señala que la depresión es un estado de desdicha e insatisfacción, que puede ser temporal o permanente. Sin embargo, en algunos casos, las personas describirán su estado mental, mientras que otros no les ayudarán a observar su propia debilidad, frustración, depresión y tristeza.

Finalmente, Beato (1993) sostiene que la depresión es un estado patológico de tristeza causado por la intersección de factores predisponentes y factores precipitantes. El primero exhibirá vulnerabilidad psicológica y genética, lo que afectará el desencadenamiento o promoción de este fenómeno clínico, mientras que el sedimento se referirá a condiciones ambientales que pueden activar la vulnerabilidad individual.

Hollon y Beck (1979), define que la depresión es un síndrome que interactúa de diferentes modalidades: Físico, Emocional, Comportamental y Cognitivo. Considerando que los sesgos cognitivos dentro del análisis y procesamiento de la información son la principal causa de discapacidad, de la cual se liberan el resto de los componentes

2.2.2.1. Tipos de Depresión

Según OMS, (2021) según el número y la intensidad de los síntomas, los episodios depresivos se pueden clasificar en leves, moderados o graves.

- El trastorno depresivo grave: También se le llama depresión mayor, que tiene una combinación de síntomas que interfieren en la vida cotidiana, el sueño, los estudios, la alimentación y la capacidad para el disfrute de actividades que antes eran placenteras. La depresión severa puede incapacitar a la persona y evitar que funcione correctamente. Los episodios depresivos graves solo pueden ocurrir una vez en la vida, pero en la mayoría de los casos volverán a ocurrir a lo largo de su vida.
- Depresión psicótica: Sucede cuando la depresión severa se acompaña de alguna forma de psicosis (por ejemplo, con interrupciones en la realidad, delirios y alucinaciones.)
- Depresión posparto: El diagnóstico se da cuando una fémina acaba de dar a luz, en el que experimenta un episodio depresivo severo en el primer mes después del alumbramiento. Se dice que entre el 10 y el 15%, las mujeres sufren depresión posparto.

- Trastorno depresivo recurrente: Se caracteriza por depresión recurrente, la depresión, la pérdida de interés, disfrute y la reducción de energía, llevando a una disminución de las actividades, lo cual dura unas dos semanas. Muchas personas que padecen depresión tienden a sufrir de ansiedad, falta de sueño y apetito, pobre auto concepto y baja autoestima, falta de atención o incluso síntomas médicamente inexplicables.

- Trastorno afectivo bipolar: Esta clase de depresión suele consistirse en episodios maníacos depresivos, de aparente estado de ánimo normal. Los episodios maníacos implican un estado elevado de ánimo, hiperactividad, excesiva autoestima y reducción de las necesidades de sueño (Villa, 2017).

2.2.2.2. Síntomas de la Depresión

Según el MINSA; indica que, aunque la depresión solo puede ocurrir una vez en la vida, las personas suelen experimentar depresión varias veces. Durante estos episodios, los síntomas ocurren casi todos los días, gran parte de estos pueden incluir:

- Estado de ánimo triste o sensación de tensión (ansioso o nervioso).
- Desesperanza y pesimismo, culpa, inutilidad y abandono.
- Pérdida de interés o placer en el entretenimiento, incluyendo la actividad sexual.
- Disminución de la energía, fatiga, sensación de postración.

La depresión en las personas las presenta con síntomas graves como para causar problemas significativos en la vida diaria, así como en el trabajo, escuela, actividades sociales con los demás. Algunas personas suelen sentirse infelices o tristes inconscientemente.

2.2.2.3. Consecuencias de la Depresión

Expertos médicos del Hospital San Juan Capestrano (2021) señalaron que las principales consecuencias de la depresión para las personas son:

- Aislamiento social o abstinencia.
- Aumento del riesgo de otra condición de salud mental.
- Bajo rendimiento en lo laboral o la escuela.
- Poco control de impulsos.
- Dificultad para la toma de decisiones.
- Alta ansiedad.
- Dificultades interpersonales.
- Úlceras y cefaleas crónicas provocadas por la tensión.
- Alta presión sanguínea.
- Obesidad.
- Uso / abuso de sustancias psicoactivas.
- Autolesiones.
- Pensamientos inadecuados relacionados al suicidio.
- Muerte por suicidio.

2.2.2.4. Tratamiento de la Depresión

Según Farré (2016) el tratamiento de la depresión puede ser afrontado desde 02 aspectos: Farmacológico y Psicológico. A continuación, se describen cada una de ellas:

a) Tratamiento Farmacológico:

Antidepresivos: Regulan la base neurobiológica de la depresión y equilibran la neurotransmisión afectada. Existen los siguientes subgrupos:

- *Tricíclicos*: Los más utilizados son clomipramina, imipramina, amitriptilina y nortriptilina.
- *Inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina (ISRS)*: Como el Prozac fluoxetina. Otros ISRS incluyen: citalopram, escitalopram, fluvoxamina, paroxetina, sertralina.
- *Duales*: Actúan aumentando la dopamina y la noradrenalina
- *Melatoninérgico*: Actúa sobre la melatonina; este es el caso de la agomelatina.
- *IMAOs*: Inactivan las enzimas que destruyen los neurotransmisores. Su interacción con determinados alimentos y sus efectos secundarios reduce su uso.

Eutimizantes: La eutimia es el estado mental correcto. Estos medicamentos pueden estabilizar el estado de ánimo y prevenir la recurrencia de bacterias espirales bifásicas, aunque pueden tener otros efectos terapéuticos. Destacan:

- *Aripiprazol*
- *Asenapina*
- *Carbamacepina*
- *Lamotrigina*
- *Litio* (Es el más usado)
- *Olanzapina*
- *Oxcarbacepina*
- *Quetiapina*
- *Valproato*

b) Tratamiento Psicológico: Se ha demostrado que la psicoterapia, usada sola o en combinación con psicofármacos, es seguro para el tratamiento de la depresión y prevenir la recurrencia. El más utilizado es:

- Terapia interpersonal: Centrada en las dificultades de relaciones interpersonales, para mejorar la comunicación, aumentar los beneficios sociales como recuperar la autoestima.
- Terapia cognitiva: Tiene como objetivo cambiar las creencias, actitudes, pensamientos negativos que acompañan a los estados depresivos.
- Activación conductual: El objetivo básico es movilizar a los pacientes para aumentar la experiencia de recompensa. (Farré, 2016).

2.2.2.5. Instrumento de medición de la Depresión

Entre los instrumentos destacados para la medición de la depresión, encontramos los siguientes:

a) Inventario de Depresión de Beck

La versión original del Inventario de Depresión de Beck (BDI) (1993) se formuló en el año 1961, y su versión revisada fue 1978. Es un método que se ha

utilizado con la finalidad de medir los síntomas de depresión en pacientes con trastornos mentales y personas normales hasta que se convierta en un instrumento autoaplicado con mayor uso para evaluar la depresión en la práctica clínica y la investigación (Beck, Steer, & Garbin, 1988).

El BDI se desarrolló en la década de 1960 para reflejar un consenso clínico sobre los síntomas, que posteriormente se consideraron la definición de depresión.

BDI-II es una herramienta de autoinforme de 21 ítems diseñada para medir la gravedad de los síntomas depresivos en adolescentes y adultos con una edad mínima de 13 años. Por cada pregunta el personal debe elegir la frase que mejor describa su estado en las últimas dos semanas (incluido el día en que se completó el instrumento) entre las cuatro alternativas, desde la más leve hasta la más severa.

En cuanto a su corrección, dependiendo de las alternativas seleccionadas, el valor de cada ítem varía de 0 a 3 puntos, y luego de sumar directamente las puntuaciones de cada ítem, la puntuación total que se puede obtener va de 0 a 63. A veces, las personas eligen más alternativas en un proyecto determinado. En este caso, se seleccionará la puntuación de la frase más severa (Sanz, Perdigón, & Vázquez, 2003).

b) CDS Cuestionario de Depresión de niños y adolescentes

La Escala de Depresión para Niños (CDS) se ha construido específicamente para los niños de 8 a 16 años, y ha tenido en cuenta lo señalado por Kovacs-Beck y por A. Nowells (1977): De hecho, las observaciones de las personas que rodean y conocen al niño (personas importantes), como los padres y los maestros, son muy importantes; aunque la CDS se aplica únicamente a niños y adolescentes, la familia, los maestros y demás personas importantes pueden responder en función de lo que saben sobre el niño utilizando la misma escala pero con un formato ligeramente modificado.

El CDS presenta una escala de 66 ítems, de los cuales 18 son positivos (p. ej., “Me siento feliz la mayor parte del tiempo”) y 48 son depresivos (p. ej., “Me siento solo la mayor parte del tiempo”). Los ítems positivos se combinaron con ítems depresivos para bajar la tendencia en las respuestas y para

medir el “fracaso de experimentar alegría o diversión” como un componente de la depresión; también tratamos de que introdujeran tales cambios que cuando los niños a veces reaccionaban, no le daban depresión. Usando criterios teóricos y lógicos, los 66 ítems se agruparon en subescalas en un intento de capturar múltiples características de la depresión infantil.

c) Escala de Hamilton

La Hamilton Rating Scale for Depression (HDRS) (1960) Escala heterogénea se usa en pacientes previamente diagnosticados con depresión, con el objetivo de cuantificar y medir la gravedad de los síntomas depresivos y evaluar los cambios en pacientes con depresión. Se evalúa en base a la información que fue recepcionada en entrevistas clínicas y se acepta información de manera complementaria de otras fuentes.

Aunque su versión original contenía 21 elementos, luego se simplificó para incluir solo 17 elementos, lo cual es una recomendación del Instituto Nacional de Salud Mental.

Cada pregunta tiene de 3 a 5 posibles respuestas, con una puntuación de 0-2 o 0-4. La puntuación total varía de 0 a 52. Al clasificar las imágenes de depresión, se pueden usar diferentes puntos de corte. Las "Guías de práctica clínica" compiladas por NICE (las guías son de alta calidad y calificadas como "muy recomendadas").

d) Escala de depresión de Reynolds (EDAR)

La Escala de Depresión de Adolescentes de Reynolds (EDAR) (1987) es una prueba simple y fácil de usar diseñada para evaluar los síntomas depresivos de los adolescentes de entre 13 y 18 años, aunque puede usarse para personas fuera de este grupo de edad. Puede determinar el nivel clínico relativo de los síntomas de depresión en los adolescentes y es útil para identificar a las personas que presentan depresión en la población escolar. Además, se considera una herramienta de

recopilación de datos para estudiar la relación entre la depresión y otras estructuras, y se puede utilizar como medida del resultado de un determinado tratamiento.

2.3 Marco Conceptual

- a) **Antidepresivos:** Modulan la base neurobiológica de la depresión y equilibran la neurotransmisión que está deteriorada (Farré, 2016).
- b) **Depresión:** Estado mental común que se caracteriza por tristeza recurrente y falta de interés las metas y objetivos actuales y futuros (Organización Mundial de la Salud - OMS, 2018).
- c) **EDAR:** Cuestionario simple y fácil de usar diseñada para evaluar la depresión en adolescentes de 13 y 18 años. Puede determinar el nivel clínico relativo de síntomas de depresión y es útil para identificar a las personas que presentan depresión en la población escolar (Reynolds, 1987).
- d) **CDS, Escala de depresión para niños:** Este Cuestionario tiene 66 elementos, 48 para signos depresivos y 18 para signos positivos; agrupados en dos grupos que se mantienen aislados, permitiendo dos subescalas genéricas independientes: Total Depresivo y Total Positivo (TD y TP)
- e) **Escala de Hamilton:** Diseñada para pacientes previamente diagnosticados de depresión, con el objetivo de cuantificar la gravedad de los síntomas depresivos y evaluar los cambios en la depresión (Hamilton, 1960).
- f) **Escala EPGE-14:** Es un instrumento que se usa para medir los resultados del nivel de estrés experimentado por una persona en los posteriores meses de vida. (Cohen, Kamarck, & Mermelstein, 1983).
- g) **Estrés académico:** Es la respuesta de activación física, emocional, cognitiva y conductual a los estímulos y eventos de orden académico (Berrío & R., 2011).

h) **Eutimia:** Es el estado mental correcto. Estos medicamentos pueden estabilizar el estado de ánimo y prevenir la recurrencia de bacterias espirales bifásicas, aunque pueden tener otros efectos terapéuticos (Farré, 2016).

i) **Inventario de Beck para la depresión:** Es un método ampliamente utilizado que tiene como finalidad medir los síntomas de depresión en pacientes con trastornos mentales y personas normales es autoaplicable. (Beck, Steer, & Garbin, 1988).

CAPÍTULO III: MÉTODO

3.1 Tipo de investigación

La actual investigación es de un nivel correlacional, la cual se sostiene a partir de la relación que se establece entre el estrés académico y la depresión, determinando para ello la existencia de una interdependencia significativa.

En cuanto al tipo de investigación, de tipo básica, debido a que considera permanecer sobre los planteamientos previos, es decir, se aborda la investigación tomando en cuenta los planteamientos teóricos previos, siendo esta la base de desarrollo del estudio.

3.2 Diseño de investigación.

Tomando en cuenta que como investigadores no se intervendrá sobre el contexto de investigación, es decir, no se modificará ni alterará las condiciones sobre las que se desenvuelven los estudiantes, esta es no experimental.

Por otro lado, la investigación considera ejecutar una sola toma de datos, los mismos que se precisa que presenta un diseño de corte transversal.

Enfoque : Cuantitativo
 Esquema descriptivo correlacional – trasversal
 O1
 M r
 O2

M: Representa la muestra de los estudiantes del 4to año del nivel secundario de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi

O1: Representa el Estrés Académico

O2: Representa la Depresión

r : Relación entre variables, Coeficiente de correlación

3.3 Población y muestra

3.3.1. Población

La población se compone por todos los alumnos que forman parte del 4to año del nivel secundario de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo, matriculados en el año 2022.

Tabla 2

Población de estudio

4TO DE SCUNDARIA	SECCIÓN A		SECCIÓN B		SECCIÓN C		SECCIÓN D	
	M	F	M	F	M	F	M	F
	15	11	20	18	16	10	14	16
TOTAL	26		38		26		30	
TOTAL GENERAL	120							

Nota. Población de estudio, Alumnos del 4to de secundaria de la I.E “Américo Garibaldi Gheresi” (2022).

3.3.2. Muestra

Tomando en cuenta que se tiene acceso a la institución, y por tanto con facilidades para evaluar a los estudiantes del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gherzi, se tomara lo vertido por Hernández citado en Castro (2003), donde expresa que lo siguiente "si la población es menor a cincuenta (50) individuos, la población es igual a la muestra", y teniendo como referencia ello, y a través del de las matrículas realizadas en el presenta año, la población es de 122 alumnos matriculados en el cuarto año y distribuidos en 4 secciones (a, b, c y d), (fuente, colegio AGG, 2022) por lo que la población es finita se tomara como muestra.

3.4 Técnicas, Instrumentos y Estrategias de recolección de datos

Como técnica se empleará la encuesta.

Tomando en cuenta la técnica, los instrumentos a emplear es el cuestionario, para lo cual se implementará el uso de un instrumento por cada variable:

- Inventario de Estrés Académico SISCO
- CDS Escala de depresión para niños y adolescentes para evaluar la depresión.

FICHA TÉCNICA

Nombre Original	:	Childrens depression Scale (CDS)
Autores	:	M. Lang y Tisher
Administración	:	Individual colectiva
Duración	:	Variable entre 30 y 40 minutos
Aplicación	:	8 a 16 años
Significación	:	Evaluación global y especifica de la depresión en los niños y adolescentes

DESCRIPCIÓN DE LAS ESCALAS

El Cuestionario CDS contiene 66 Ítems, 48 del tipo depresivo y 18 del tipo positivo, permitiendo dos subescalas independientes: **Total Depresivo y Total Positivo (TD y TP)**

1. **Total, depresivo**, con seis subescalas:

- **RA; Respuesta Afectiva** (8 ítems), relacionado con el estado emocional de la persona.
- **PS, Problemas sociales** (8 ítems), relacionada con dificultades del niño y/o adolescente en la interacción social, aislamiento, soledad.
- **AE, Autoestima** (8 factores) se relacionan con los sentimientos, conceptos y actitudes del niño con respecto a su propia autoestima y autoestima.
- **PM, Preocupación por la muerte/salud** (7 factores), alude a los sueños y fantasías de los niños sobre la enfermedad y la muerte.
- **SC, Sentimiento de culpabilidad** (8 elementos), relacionado con el autocastigo en los niños.
- **DV, depresivos varios** (9 ítems), incluye problemas depresivos que no se pueden agrupar en una unidad.

2. **Total Positivo**, con dos subescalas:

- **AA, Ánimo – alegría** (8 ítems, puntuados en polos opuestos) indica la incapacidad del niño y/o joven para experimentar alegría, disfrute o felicidad en la vida, o para indicar incapacidad para experiencia.
- **PV, Positivos varios** (10 ítems, puntuados en polos opuestos) contiene preguntas de tipo positivo que no se pueden agrupar en unidades.

FICHA TÉCNICA

Nombre	: Inventario SISCO de Estrés Académico
Autor	: Arturo Barraza Maclas
Administración	: Individual y Colectiva
Duración	: Oscila entre 10 a 15 min. Aproximadamente
Objetivos	: Medir las reacciones físicas, psicológicas y del comportamiento

Tipo de respuesta : Tipo Licker de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre)

- Un Ítem de Descripción: El inventario consta de 31 elementos distribuidos de la siguiente manera: filtro, en términos dicotómicos que nos permite saber si son candidatos para continuar.
- Un Ítem de tipo Lickert con cinco valores numéricos (de 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho) .
- 8 ítems clasificados en una escala tipo Likert de 5 valores categóricos (nunca, pocas veces, a veces, casi siempre, siempre) permiten identificar frecuencias. Las demandas ambientales se califican como estímulo estresante.
- 15 ítems. Utiliza una escala de Likert con cinco valores categóricos para permitir conocer la frecuencia en la que se presentan los síntomas o reacciones ante estímulos de estrés.
- 6 ítems con 5 valores categóricos en una escala de Likert que pueden identificar la frecuencia de uso de la estrategia de afrontamiento.

Fiabilidad: El inventario SISCO de estrés académico presenta una confiabilidad por mitades de 0.87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de 0.90. Estos niveles de confiabilidad pueden ser valorados como muy buenos; fue validado y adaptado en el Perú por: Alejos (2017); Ancajima (2017); Failoc-Rojas y Díaz-Vélez (2011); Salinas et al. (2016); Vásquez (2016) y otros.

3.5 Técnicas de procesamiento y análisis de datos.

Para lograr el procesamiento de los datos y posterior análisis se requiere el uso de software estadístico especializado. En este caso se empleará el programa IBM SPSS Windows Versión 24, con el cual se ejecutará las siguientes tareas:

- Tabulación de datos.
- Procesamiento para preparación de tablas y figuras.

- Ejecución de la demostración de confiabilidad estadística de instrumentos (Alfa de Cronbach).
- Ejecución de la prueba de normalidad estadística.
- Realización de la prueba de correlación estadística (Chi-cuadrado de Pearson).

3.6 Criterios para el manejo de resultados

Criterio de Inclusión

- Estudiantes del 4to año de secundario de la I.E. Américo Garibaldi Ghersi, del Distrito de Pacocha, Provincia de Ilo.
- Edades comprendidas entre los 14 y 17 años.
- Estar de acuerdo con el estudio aceptando el consentimiento informado.

3.6.2 Criterios de Exclusión

- Estudiantes que no estudien el 4to año de secundario de la I.E. Américo Garibaldi Ghersi, del Distrito de Pacocha, Provincia de Ilo.
- Estudiante que estén en desacuerdo con participar en el estudio.
- Alumnos que tengan una edad diferente a lo establecido

3.6.3 Criterios para el manejo de resultados

Se manejarán los resultados de acuerdo con los parámetros establecidos de cada autor, y se automatizarán a través del programa SPSS.

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

4.1 Presentación de los Resultados

Tabla 3

Nivel de estrés académico y la depresión en los alumnos

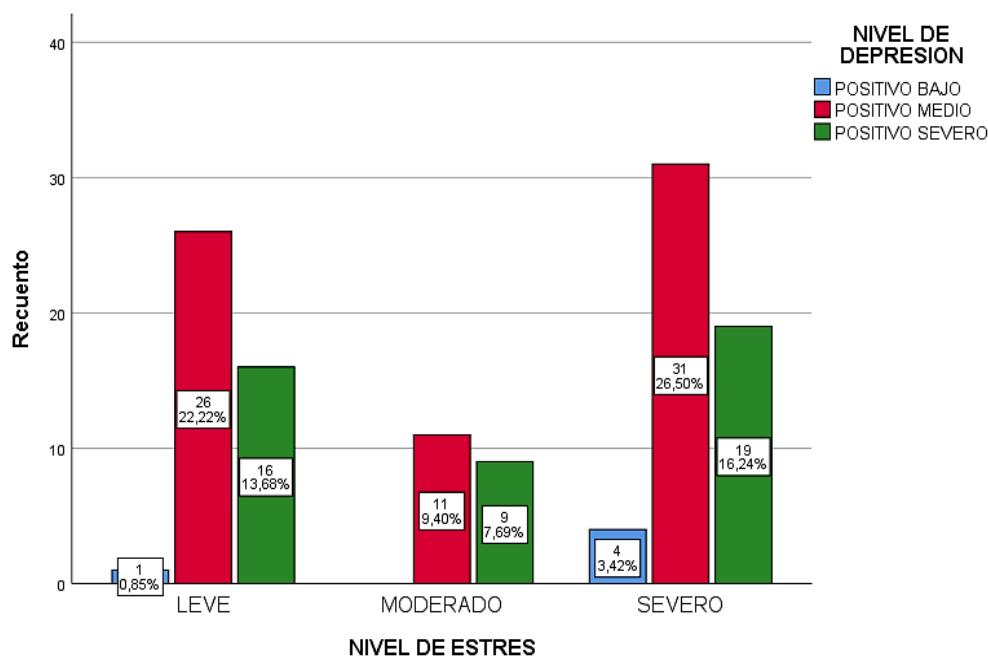
		NIVEL DE DEPRESIÓN			Total	
		POSITIVO BAJO	POSITIVO MEDIO	POSITIVO SEVERO		
NIVEL DE ESTRÉS	LEVE	Recuento	1	26	16	43
		% dentro de NIVEL DE ESTRÉS	2,3%	60,5%	37,2%	100,0%
		% dentro de NIVEL DE DEPRESIÓN	20,0%	38,2%	36,4%	36,8%
		% del total	0,9%	22,2%	13,7%	36,8%
NIVEL DE ESTRÉS	MODERADO	Recuento	0	11	9	20
		% dentro de NIVEL DE ESTRÉS	0,0%	55,0%	45,0%	100,0%
		% dentro de NIVEL DE DEPRESIÓN	0,0%	16,2%	20,5%	17,1%
		% del total	0,0%	9,4%	7,7%	17,1%
NIVEL DE ESTRÉS	SEVERO	Recuento	4	31	19	54
		% dentro de NIVEL DE ESTRÉS	7,4%	57,4%	35,2%	100,0%

	% dentro de NIVEL DE DEPRESIÓN	80,0%	45,6%	43,2%	46,2%
	% del total	3,4%	26,5%	16,2%	46,2%
Total	Recuento	5	68	44	117
	% dentro de NIVEL DE ESTRÉS	4,3%	58,1%	37,6%	100,0%
	% dentro de NIVEL DE DEPRESIÓN	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% del total	4,3%	58,1%	37,6%	100,0%

Nota. Resultados procesados por el software SPSS 24

Figura 1

Nivel de Estrés Académico y la depresión en los alumnos

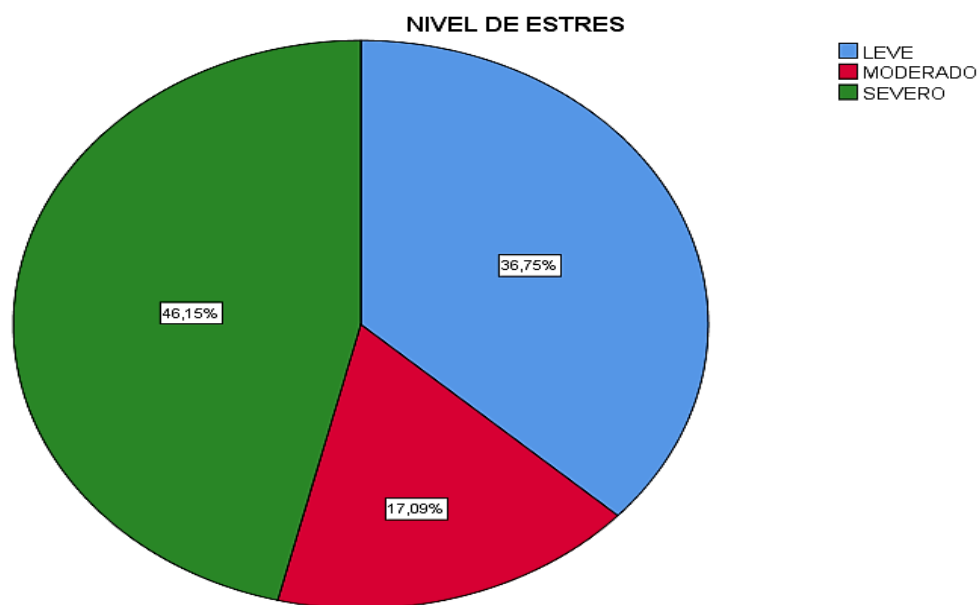


Nota: En la presente figura se muestra el nivel de estrés académico y de depresión de los alumnos del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Ghersi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022. Datos obtenidos por el software SPSS en el año 2022.

Tabla 4*Nivel de estrés académico en los alumnos*

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	LEVE	43	36,8
	MODERADO	20	17,1
	SEVERO	54	46,2
Total		117	100,0

Nota. Resultados procesados por el software SPSS 24.

Figura 2*Nivel de estrés académico en los alumnos*

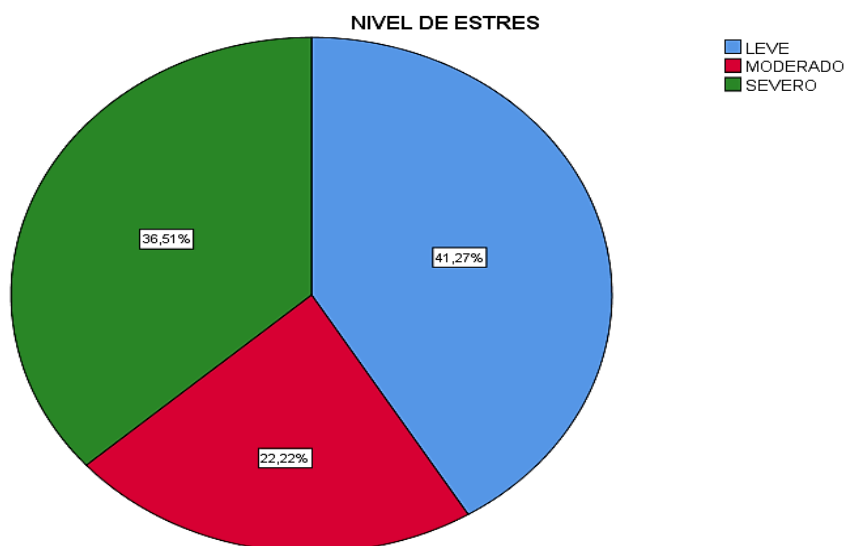
Nota. En la presente figura se muestra el nivel de estrés académico en los alumnos del 4to año del nivel secundario de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pachocha, provincia de Ilo en el año 2022. Datos procesados por SPSS (2022).

Del total de la población muestra se obtiene que 54 alumnos que corresponden un 46,2 % de la investigación obtenida del nivel de estrés académico dando como severo. El 36,8% obtuvo un nivel de estrés leve y el 17,1% obtuvo un nivel de estrés moderado.

Tabla 5*Nivel de estrés académico en los alumnos varones*

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	LEVE	26	41,3
	MODERADO	14	22,2
	SEVERO	23	36,5
	Total	63	100,0

Nota. Resultados procesados por el software SPSS 24

Figura 3*Nivel de estrés académico en los alumnos varones*

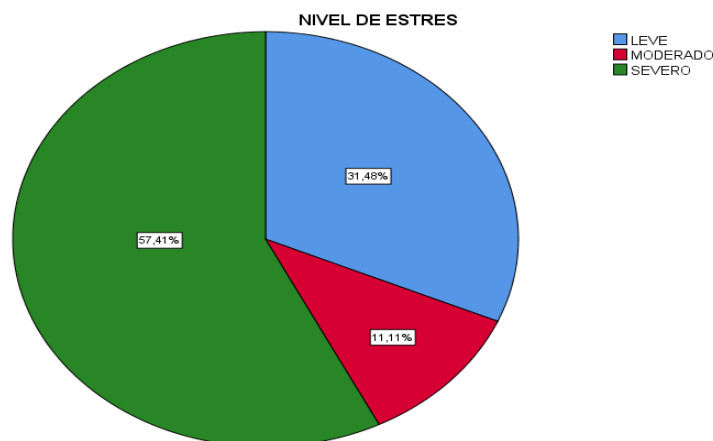
Nota: En la presente figura se muestra el nivel de estrés académico en los estudiantes varones del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Ghersi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022. Datos procesados por el software SPSS (2022).

Se observa que del total de la población en los estudiantes varones se obtiene que un 41,3% corresponden a 26 alumnos obteniendo un nivel de estrés académicos leve. El 36,5% obtiene un nivel de estrés severo en varones y un 22,2% obtiene de estrés moderado con 14 alumnos.

Tabla 6*Nivel de estrés académico en las alumnas mujeres*

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	LEVE	17	31,5
	MODERADO	6	11,1
	SEVERO	31	57,4
	Total	54	100,0

Nota. Nivel de estrés académico en los estudiantes mujeres del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022. Resultados procesados por el software SPSS 24 (2022).

Figura 4*Nivel de estrés académico en las alumnas mujeres*

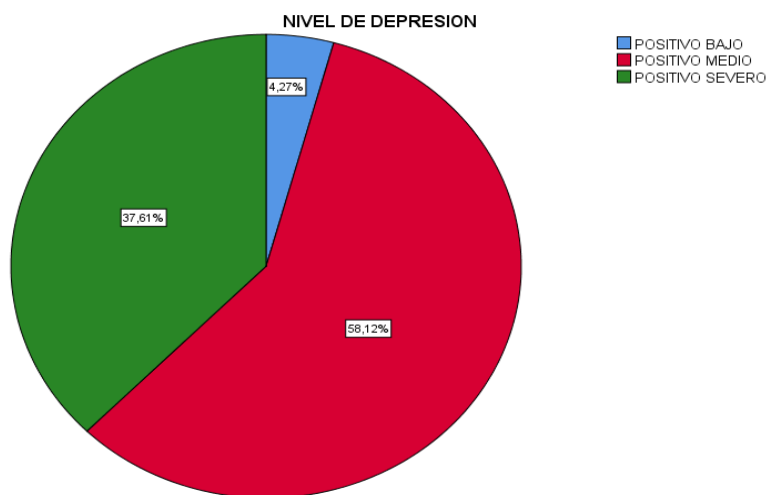
Nota: En la presente figura se muestra el nivel de estrés académico en las estudiantes mujeres del 4to año de secundaria. Datos obtenidos por el SPSS en el año 2022.

En la población que se obtuvo en la muestra en los estudiantes mujeres se obtiene un mayor que 31 alumnas mujeres que corresponden un 57,4% obteniendo un nivel severo. El 31,5% obtiene el nivel leve y el 11,1% corresponde el nivel moderado.

Tabla 7*Nivel de depresión en los estudiantes*

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	POSITIVO BAJO	5	4,3
	POSITIVO MEDIO	68	58,1
	POSITIVO SEVERO	44	37,6
	Total	117	100,0

Nota. Nivel de depresión en los estudiantes del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022. Resultados procesados por el software SPSS 24 (2022).

Figura 5*Nivel de depresión en los estudiantes*

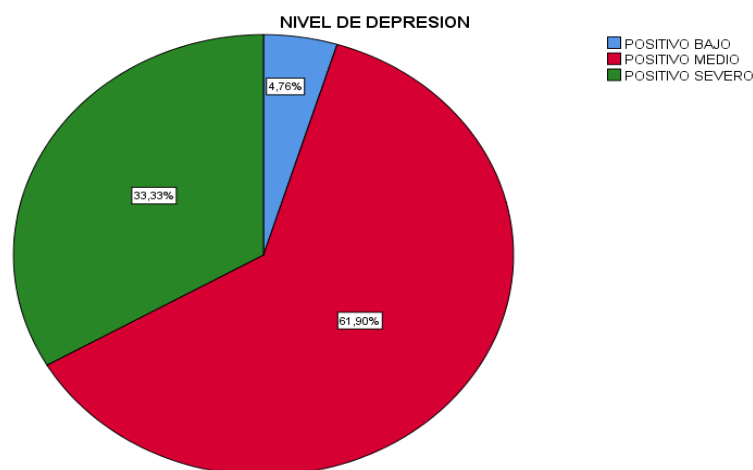
Nota: En la presente figura se muestra el nivel de depresión del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022. Fuente: Procesamiento estadístico SPSS (2022).

Se observa que del total de la muestra de población obtenida en el nivel de depresión donde un 58,1% corresponde a 68 alumnos donde corresponde un nivel de depresión de positivo medio. El 37,6% obtiene el nivel de depresión positivo severo y un 4,3% obtiene un nivel de positivo bajo.

Tabla 8*Nivel de depresión en los estudiantes varones*

	Frecuencia	Porcentaje
Válido POSITIVO BAJO	3	4,8
POSITIVO MEDIO	39	61,9
POSITIVO SEVERO	21	33,3
Total	63	100,0

Nota: Nivel de depresión en los estudiantes varones del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022. Resultados procesados por el software SPSS 24 (2022).

Figura 6*Nivel de depresión en los estudiantes varones*

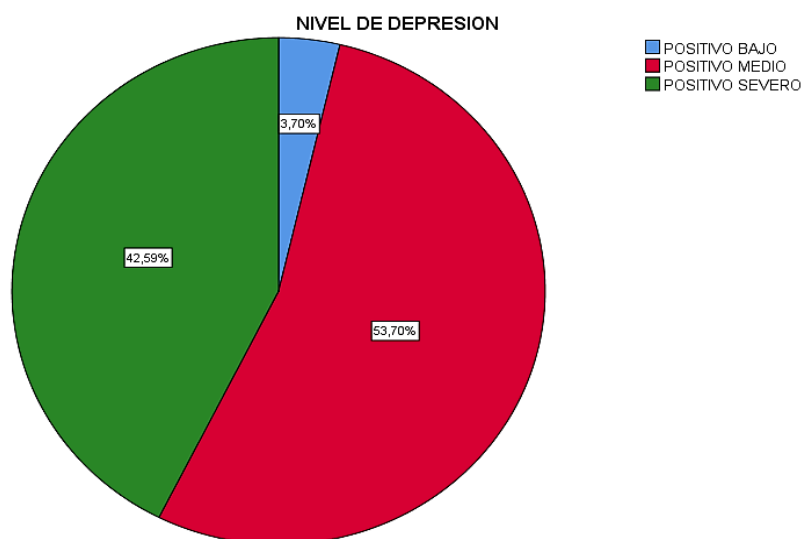
Nota: En la presente figura se muestra el nivel de depresión en los estudiantes varones del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022. Fuente: Procesamiento estadístico SPSS (2022).

Se observa que del total de la muestra de población obtenida en el nivel de depresión donde un 61,9% corresponde a 39 alumnos donde corresponde un nivel de depresión de positivo medio. El 33,3% obtiene el nivel de depresión positivo severo y un 4,8% obtiene un nivel de positivo bajo.

Tabla 9*Nivel de depresión en las estudiantes mujeres.*

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	POSITIVO BAJO	2	3,7
	POSITIVO MEDIO	29	53,7
	POSITIVO SEVERO	23	42,6
	Total	54	100,0

Nota: Nivel de depresión en los estudiantes mujeres del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022. Resultados procesados por el software SPSS 24 (2022).

Figura 7*Nivel de depresión en las estudiantes mujeres*

Nota: En la presente figura se muestra el Nivel de depresión en los estudiantes mujeres del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022. Datos procesados por el SPSS en el año 2022.

Se observa que del total de la muestra de población obtenida en el nivel de depresión donde un 53,7% corresponde a 29 alumnos donde corresponde un nivel de

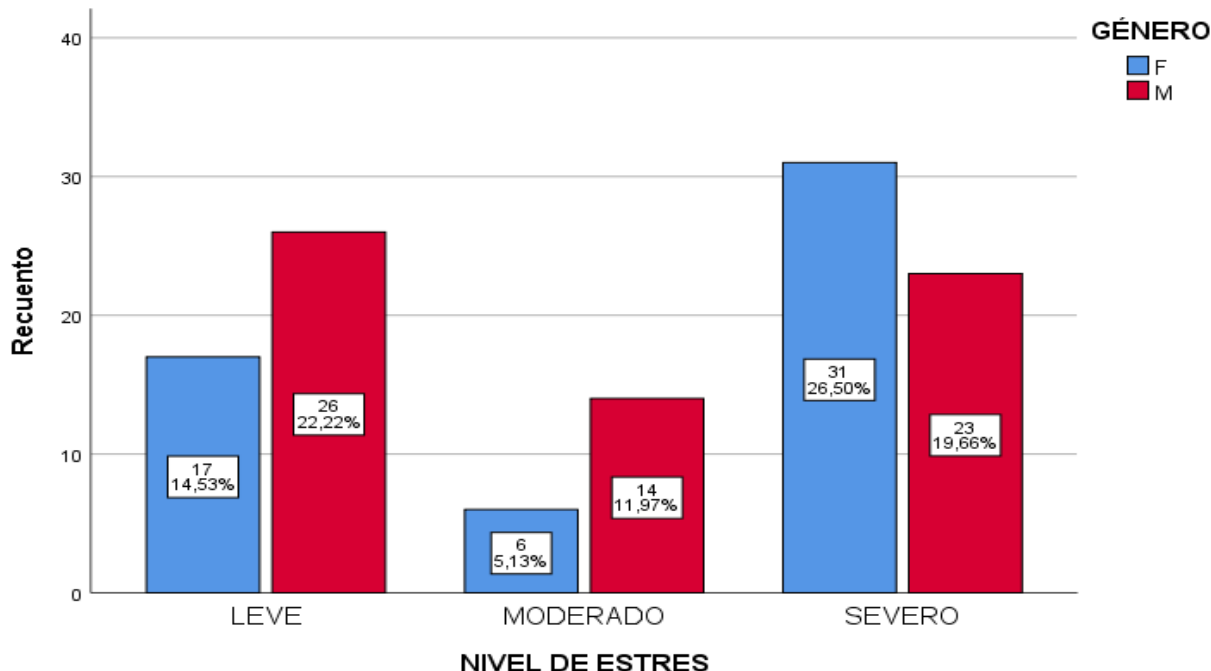
depresión de positivo medio. El 42,6% obtiene el nivel de depresión positivo severo y un 3,7% obtiene un nivel de positivo bajo.

Tabla 10

Nivel de estrés académico y género.

		GÉNERO		Total
		F	M	
NIVEL DE LEVE ESTRÉS	Recuento	17	26	43
	% dentro de NIVEL DE ESTRÉS	39,5%	60,5%	100,0%
	% dentro de GÉNERO	31,5%	41,3%	36,8%
	% del total	14,5%	22,2%	36,8%
MODERADO	Recuento	6	14	20
	% dentro de NIVEL DE ESTRES	30,0%	70,0%	100,0%
	% dentro de GÉNERO	11,1%	22,2%	17,1%
	% del total	5,1%	12,0%	17,1%
SEVERO	Recuento	31	23	54
	% dentro de NIVEL DE ESTRES	57,4%	42,6%	100,0%
	% dentro de GÉNERO	57,4%	36,5%	46,2%
	% del total	26,5%	19,7%	46,2%
Total	Recuento	54	63	117
	% dentro de NIVEL DE ESTRÉS	46,2%	53,8%	100,0%
	% dentro de GÉNERO	100,0%	100,0%	100,0%
	% del total	46,2%	53,8%	100,0%

Nota: Nivel de estrés académico y género, en estudiantes del 4to año del nivel secundario de la I.E. Américo Garibaldi Ghersi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022. Resultados procesados por el software SPSS 24.

Figura 8*Nivel de estrés académico por género*

Nota: La figura muestra el nivel de estrés académico por género en estudiantes del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022. Procesamiento estadístico SPSS (2022).

Los niveles de depresión en cuanto a varones y mujeres obtenemos que los varones tienen un nivel de depresión positivo medio más alto que las mujeres obteniendo los varones un 33,33% a diferencia de las mujeres con un 24,79%.

Donde las mujeres llegan a obtener un mayor porcentaje de depresión es en el nivel positivo severo donde las mujeres tienen un 19,66% a diferencia de los varones con un 17,95%.

En el nivel de positivo bajo los varones obtienen un nivel de depresión mayor que de las mujeres con un 2,56% a diferencia de las mujeres que tienen 1,71%.

4.2 Contrastación de hipótesis

Validación de la Hipótesis General.

1) Formulación de la Hipótesis.

H₀: El estrés académico no se relaciona significativamente con la depresión en los estudiantes del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Ghersi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022.

H₁: El estrés académico se relaciona significativamente con la depresión en los estudiantes del 4to año de secundaria de la I.E. Américo Garibaldi Ghersi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022.

2) Nivel de Significancia.

El Nivel de Significancia es de $\alpha = 0,05$

3) Estadístico de Prueba.

Chi Cuadrado.

Tabla 11

Prueba de Chi-cuadrado de Pearson.

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	2,933 ^a	4	0,56
Razón de verosimilitud	3,624	4	0,45
Asociación lineal por lineal	0,451	1	0,50
N de casos válidos	117		

Nota. Resultados procesados por el software SPSS 24

a. 3 casillas (33,3%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es ,85.

4) Cálculo de “p”.

Observando la **Tabla 10**, se tiene, $p = 0,569$

5) Interpretación.

Si Sig Asintótica (bilateral) $> 0,05$; se acepta H_0 , de lo contrario se acepta H_1 .

Como $p > 0,05$, se acepta H_0 : El estrés académico no se relaciona significativamente con la depresión en los estudiantes del 4to año del nivel secundario de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022.

4.3 Discusión de resultados

Nuestra investigación empieza, primero se aplica el Inventario SISCO de Estrés Académico a los alumnos del cuarto año de nivel secundario, cuya información que se obtuvo fue acerca que, si los alumnos presentaban algunas preocupaciones académicas, a la hora de la aplicación del instrumento que está conformada por 31 ítems nos permitió dar a conocer la continuación del instrumento aplicado o la anulación de inmediata.

Además también se logró aplicar el cuestionario CDS Escala de depresión de M. Lang y Tisher que contiene 66 ítems, en la investigación se pudo comprobar si los alumnos presentan niveles altos de depresión pero por factores externos que no se encuentran relacionados al estrés académico. Para la obtención de los resultados estadísticos se realizó mediante el estadígrafo de Chi-cuadrado de Pearson, y dio como resultado la no existencia de una relación entre el estrés y la depresión en el ámbito académico dando un Rho es 0.569. Aceptando la hipótesis H_0 .

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

5.1.1 General

Se determina que como P es mayor que $0,05$ se acepta H_0 y se rechaza a H_1 . Lo que significa la no existencia de relación significativa entre las variables, En conclusión, se afirma que no hay relación entre el nivel de estrés y depresión académica en relación académica dado a que la depresión es afectada por otros factores que no está relacionado al estrés académico.

5.1.2. Específicos

- El nivel estrés académico que presentan los estudiantes se obtiene un nivel elevado de estrés académico a diferencia del nivel de depresión en los alumnos del 4to año del nivel secundario de la I.E. Américo Garibaldi Ghersi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022.
- El estrés académico en los estudiantes varones se obtiene un nivel severo bajo, $19,66\%$ a diferencia de las estudiantes mujeres quienes obtienen nivel severo elevado de $26,50\%$ en de estrés académico

- El estrés académico en las estudiantes mujeres presentan un nivel elevado de estrés académico 26,50%, a diferencia que los varones, con un 19,66%.
- Del total de la muestra que se analizó de la población se obtiene que los estudiantes del 4to año de secundario de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022, presenta un nivel moderado de depresión.
- Se analizó que en los estudiantes varones da un nivel moderado elevado en cuanto a la depresión 33,33%, diferenciándose de las mujeres que presentan un nivel moderado bajo de 24,79% dando a conocer que hay diferencia a nivel de depresión en los estudiantes del 4to año del nivel secundario de la I.E. Américo Garibaldi Gheresi, del distrito de Pacocha, provincia de Ilo en el año 2022.
- Se analizó que el nivel de depresión moderado las mujeres presentan un nivel bajo de 24,79% a diferencia que los hombres que presentaron un nivel moderado elevado.
- Se llega a la conclusión que no hay relación entre el estrés académico y la depresión, debido a que dada la muestra entre el estrés académico y depresión estos se dan por diferentes factores.

5.2 Recomendaciones

- Se recomienda que los docentes en la hora de tutoría se brinden clases recreativas con pausas activas, dinámicas ante los temas expuestos, del cual se recomiendan que es importante la salud mental, “la empatía”, “¿Qué es depresión?, ¿Qué es ansiedad?, ¿Qué es estrés?”, “En caso de solicitar ayuda algún alumno a donde ellos pueden ir o quien hablarlo”, etc. En donde es de importancia que el alumnado se logre sentir en confianza para expresar dudas ante el tema del cual tenga interrogantes o incluso pueda presentar situaciones que puedan estar pasando en casa, el colegio o de forma personal para que de esa manera la institución y los docentes puedan ayudar al alumnado en llevarlo al servicio de psicología y poniéndose en el lugar del otro.
- Brindar capacitaciones al servicio del personal de la institución entre ellos docentes, auxiliares etc. para así poder llegar hacia el alumnado en caso de que necesite la ayuda.
- Se recomienda abrir programas o talleres de salud mental para los alumnos de esta manera para incentivar y dar a conocer sobre los problemas psicosociales como la depresión, ansiedad, estrés, etc.
- Hacer un estudio con mayor profundidad para determinar esos factores externos con relación a la depresión como problemas familiares, psicosociales, rupturas amorosas, etc.
- Se recomienda que cada tres meses se realicen evaluaciones o cuestionarios de los estados emocionales con el acompañamiento de supervisión del rendimiento académico del alumnado ya que el estado emocional afecta de manera física, laboral, académica y en todo su entorno, por ende, si algún alumnado presenta problemas la institución puede brindar ayuda.

BIBLIOGRAFÍA

- Alberdi, J., Tobada, O., Castro, C., & Vásquez, C. (2006). *Depresión, guías clínicas*. España: Sergas-Acoruña.
- Aparcana, F. (2017). *La depresión y el rendimiento académico en los estudiantes de la Carrera de Gestión y Negocios del Instituto Superior Sistema Informativo y Soporte Estudiantil (SISE), sede SJL, 2016*. Lima: Universidad Nacional de Educación.
- Arroyo, A. (18 de Mayo de 2021). Depresión y ansiedad crece en niños. (D. E. Comercio, Entrevistador)
- Barraza, A. (2005). *Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior*. 15-20: Revista Dialnet, 1(4).
- Barraza, A. (2007). El estrés académico en alumnos de educación media superior: Un estudio comparativo. . *Universidad Pedagógica de Durango*, 7(1), 1-18.
- Barraza, A., Martínez, J., Silva, J., Camargo, E., & Antuna, R. (2011). Estresores académico y género: Un estudio exploratorio de su relación en alumnos de licenciatura. *VE-IUNAES*, 33-43.
- Beato, M. (1993). Explicaciones teóricas de la depresión: del conductismo al cognitivismo. *Revista de Historia de la Psicología*.
- Beck, A., & Steer, R. (1993). Beck Depression Inventory. *San Antonio, TX: The Psychological Corporation*.
- Beck, A., Steer, R., & Garbin, M. (1988). Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: Twenty-five years of evaluation. *Clinical Psychology Review*, 8, 77-100.

- Benítez, A., D'Anello, S., & Noel, G. (2012). Validación de la escala de estrés percibido (EEP-13) en una muestra de funcionarios públicos venezolanos. *Anales de la Universidad Metropolitana*, 13, 117-133.
- Berrío, N., & R., M. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 65-82.
- Caldera, J., Pulido, B., & Martínez, G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 1 (7) , 77-82.
- Caldera, J., Pulido, B., & Martínez, M. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 7, 77-82.
- Cobiellas, L., Anazco, A., & Góngora, O. (2020). Estrés académico y depresión mental en estudiantes de primer año de medicina. *Educ Med Super vol.34 no.2 Ciudad de la Habana abr.-jun.*
- Cohen, S., Kamarck, R., & Mermelstein, R. (1983). A Global Measure of Perceived Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396.
- Condori, M. (2013). *Estrés académico y su relación con las estrategias de afrontamiento de los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann Tacna-2012*. Tacna: Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann .
- Farré, J. (2016). *¿Cuál es el tratamiento de la Depresión?* Obtenido de <https://www.psiquiatriapsicologia->

dexeus.com/es/unidades.cfm/ID/1102/ESP/-cual-es-tratamiento-depresion-.htm

Gestión. (8 de Marzo de 2021). Perú ante otro año sin colegios: estrés, aislamiento y exclusión. *Diario Gestión*.

Guzmán, J., & Reyes, M. (2018). Adaptación de la Escala de Percepción Global de Estrés en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Psicología Vol. 36* (2), 719-750.

Hamilton, A. (1960). A rating scale for depression. *J Neurol Neurosurg Psychiatry*. 23., 56-62.

Hernández, Y. (2005). El estrés académico: Una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 14(2) , 1-14.

Informador. (15 de Mayo de 2021). *¿Cómo ha impactado el síndrome de Burnout en el ámbito académico?* Obtenido de Informador Web Site: <https://www.informador.mx/estilo/Como-ha-impactado-el-sindrome-de-Burnout-en-el-ambito-academico-20210515-0014.html>

Kloster, G., & Perrotta, D. (2019). *Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná*. Paraná, Argentina: Universidad Católica Argentina.

Lastenia, L. (2006). Factores asociados en el estrés académico. *Revista Iberoamericana de Psicológica*, 37(210) , 1-12.

Lumley, M., & Provenzano, K. (2003). Stress management through written emotional disclosure improves academic performance among college students with physical symptoms. *Journal of Educational Psychology* 95, 641-649.

- Maquera, M. (2020). *Depresión y estrés académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno - 2019*. Puno: Universidad Nacional del Altiplano de Puno.
- Martín, I. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. . *Apuntes de Psicología*, 25(1), 87-99.
- Marty, M., Lavin, M., Figueroa, M., Larraín, D., & Cruz, C. (2005). Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas. *Revista Chilena Neuro-Psiquiátrica*, 43(1), 25-32.
- Mayo Clinic. (2021). *Depresión (trastorno depresivo mayor)*. Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/depression/symptoms-causes/syc-20356007>
- Monzón, M. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Apuntes de Psicología*, 25(1), 87-99.
- Moreno, J., Escobar, A., Vera, A., Calderón, T., & Villamizar, L. (2009). Asociación entre depresión y rendimiento académico en un grupo de niños de la localidad de Usaqué. *Psychologia. Avances de la disciplina. Universidad de San Buenaventura, Colombia*, 131-156.
- Muñoz, D., Muñoz, E., Osorio, J., & Marín, M. (2019). *Relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes de octavo semestre que se encuentran desarrollando trabajo de grado y prácticas profesionales en una institución de educación superior del Valle de Aburrá*. Medellín, Colombia: Tecnológico de Antioquia.

- Muñoz, F. (2004). *El estrés académico. Problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial*. España: Universidad de Huelva.
- Núñez, F. (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Psicología y Salud*, 7(3) , 739-751.
- Organización Mundial de la Salud - OMS. (2018). *Salud mental del adolescente*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Organización Mundial de la Salud. (7 de Abril de 2017). *Depresión*. Obtenido de Organización Mundial de la Salud Web Site: <https://www.who.int/topics/depression/es/>
- Passel, C. (1998). Depresión y Suicidio en niños adolescentes. *Pediatría Integral*, 2(1), 635-641.
- Peiro, J. (2005). Estrés, clima y cultura organizacional, equipos de trabajo, gestión de RRHH. *Revista de Psicología del Trabajo y Organizaciones*, 90(6) , 12-17.
- Puliti, R. (2004). *El Manejo del Estrés*. Buenos Aires, Argentina: Editorial KIER.
- Reynolds, W. (1987). Escala de Depresión de Reynolds. *Psychological Assessment Resources Inc*.
- Rosales, J. (2016). *Estrés académico y hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología de un centro de formación superior privada de Lima-Sur*. Lima: Universidad Autónoma del Perú.
- Salinas, W. (2018). *Estrés académico y niveles de depresión en estudiantes de la Escuela Profesional de Estadística e Informática de la Facultad de Ciencias*

de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Huacho:
Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión Huacho.

San Juan Capestrano. (2021). *Signos y síntomas de la depresión.* Obtenido de
<https://www.sanjuancapestrano.com/depresion/sintomas-efectos/>

Sanz, J., Perdigón, A., & Vázquez, C. (2003). Adaptación española del Inventario para la Depresión de Beck-II (BDI-II): 2. Propiedades psicométricas en población general. *Clínica y Salud*, vol. 14, núm. 3. Madrid, España, 249-280.

Selye, H. (1975). *The Journal of Neuropsychiatry & Clinical Neurosciences.*
Austria: General Adaptation Syndrome.

Skoog, C. (19 de Mayo de 2021). Unicef: confinamiento ha impactado en la salud mental de la niñez en México. (J. Ramírez, Entrevistador)

Stahl, B., & Goldstein, E. (2013). *Mindfulness para reducir el estrés. Una Guía Práctica.* Barcelona, España: Editorial Kairós.

Vargas, R. (2018). *Relación entre estrés académico y rendimiento académico en las estudiantes del 5° grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017.* Tacna: Universidad Privada de Tacna.

Villa, D. (2017). *Principales tipos de depresión: el desafío médico que no encuentra consuelo.* España: Elsevier. Obtenido de:
<https://www.elsevier.com/es-es/connect/actualidad-sanitaria/principales-tipos-de-depresion-el-desafio-medico-que-no-encuentra-consuelo#:~:text=Trastorno%20depresivo%20recurrente%3A%20se%20caracteriza,un%20m%C3%ADnimo%20de%20dos%20se.>