

# UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

Facultad De Ciencias De La Salud

Escuela Profesional De Psicología



**UPLA**  
UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

## TESIS

**Título** : ESTRÉS ACADÉMICO Y USO DE INTERNET DE LOS ADOLESCENTES DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE HUANCVELICA, 2021

**Para Optar** : El Título profesional de Psicóloga

**Autores** : Bach. Benavides Manrique, Lorena Alejandra.  
Bach. Hurtado Suarez, Erika Esmeralda.

**Asesor** : Mg. Pedro Miguel Solano Ayala

**Línea de Investigación Institucional:** Salud y Gestión de la salud

**Fecha de inicio y culminación:** Marzo a setiembre de 2021

**Huancayo – Perú – 2021**

## DEDICATORIA

Dedico esta tesis a Dios por haber guiado  
mi camino y permitirme ser parte de tan importante  
y digna profesión.

Erika Hurtado

Dedico esta tesis a Dios por haber  
cumplido mis sueños y poner en mi camino a las  
personas adecuadas.

Lorena Benavides

## AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios, la familia y a los buenos amigos que nos apoyaron y enseñaron que si se puede lograr las metas trazadas.

Las Autoras.

# CONSTANCIA

## DE SIMILITUD DE TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN POR EL SOFTWARE DE PREVENCIÓN DE PLAGIO TURNITIN

La Dirección de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, hace constar por la presente, que el Informe Final de Tesis titulado:

### **ESTRÉS ACADÉMICO Y USO DE INTERNET DE LOS ADOLESCENTES DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE HUANCAMELICA, 2021**

Cuyo autor (es) : **BENAVIDES MANRIQUE LORENA ALEJANDRA  
HURTADO SUAREZ ERIKA ESMERALDA**  
Facultad : **CIENCIAS DE LA SALUD**  
Escuela Profesional : **PSICOLOGÍA**  
Asesor (a) : **MG. SOLANO AYALA PEDRO MIGUEL**

Que fue presentado con fecha: 14/02/2023 y después de realizado el análisis correspondiente en el software de prevención de plagio Turnitin con fecha 24/02/2023; con la siguiente configuración del software de prevención de plagio Turnitin:

- Excluye bibliografía
- Excluye citas
- Excluye cadenas menores a 20 palabras
- Otro criterio (especificar)

Dicho documento presenta un porcentaje de similitud de 21%.

En tal sentido, de acuerdo a los criterios de porcentajes establecidos en el Artículo N° 11 del Reglamento de uso de software de prevención de plagio, el cual indica que no se debe superar el 30%. Se declara, que el trabajo de investigación: si contiene un porcentaje aceptable de similitud.

Observaciones: Se analizó con el software una sola vez.

En señal de conformidad y verificación se firma y sella la presente constancia.

Huancayo, 10 de marzo de 2023



**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**  
**Facultad de Ciencias de la Salud**

**Ph.D. EDITH ANCO GÓMEZ**  
DIRECTORA DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

CONSTANCIA N° 102 - DUI - FCS - UPLA/2023

c.c: Archivo  
EAM/vjchp

## CONTENIDO

Portada	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Introducción	iv
Contenido	v
Resumen	vi
Abstract	vii
Capítulo I: Planteamiento del problema	6
1.1. Descripción de la Realidad Problemática	6
1.2. Delimitación del problema	9
1.3. Formulación del problema	9
1.4. Justificación	10
1.4.1. Social	10
1.4.2. Teórica	10
1.4.3. Metodológica	11
1.5. Objetivos	11
1.5.1. Objetivo General	11
1.5.2. Objetivos Específicos	11
Capítulo II: Marco Teórico	13
2.1. Antecedentes de la investigación	13
2.2. Bases Teóricas o Científicas	17
2.2.1. Estrés Académico	18
2.2.2. Uso de Internet	25
2.3. Marco Conceptual	29
Capítulo III: Hipótesis y variables	31
3.1. Hipótesis General	31
3.2. Definición de Variables	32
Capítulo IV: Metodología	34
4.1. Método de Investigación	34

4.2. Tipo de Investigación	34
4.3. Nivel de Investigación	35
4.4. Diseño de Investigación	35
4.5. Población y muestra	36
4.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	37
4.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos	40
4.8. Aspectos éticos de la investigación	41
Capítulo V: Resultados	49
5.1. Resultados descriptivos	49
5.2. Contrastación de hipótesis	55
Análisis y Discusión de Resultados	61
Conclusiones	65
Recomendaciones	66
Referencias Bibliográficas	67
ANEXOS	72

Tabla 1: <i>Caracterización de la Población</i>	44
Tabla 2: <i>Nivel de estrés académico</i>	49
Tabla 3: <i>Nivel de presencia de estresores.</i>	50
Tabla 4: <i>Nivel de presencia de síntomas</i>	51
Tabla 5: <i>Nivel de presencia de uso de estrategias</i>	52
Tabla 6: <i>Tiempo de uso de internet</i>	53
Tabla 7: <i>Barreras en el uso de internet</i>	54
Tabla 8: <i>Rho de Spearman para el estrés académico y tiempo de uso de internet</i>	55
Tabla 9: <i>Rho de Spearman para la dimensión estresores y tiempo de uso de internet</i>	56
Tabla 10: <i>Rho de Spearman para la dimensión síntomas y tiempo de uso de internet</i>	57
Tabla 11: <i>Rho de Spearman para la dimensión estrategias y tiempo de uso de internet</i>	59

## CONTENIDO DE FIGURAS

Figura 1: <i>Nivel de estrés académico</i>	50
Figura 2: <i>Nivel de presencia de estresores.</i>	51
Figura 3: <i>Nivel de presencia de síntomas</i>	52
Figura 4: <i>Nivel de presencia de uso de estrategias</i>	53
Figura 5: <i>Tiempo de uso de internet</i>	54

## **RESUMEN**



En el presente informe de investigación se propuso como objetivo general establecer la relación entre el estrés académico y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, para alcanzar este objetivo se propuso un diseño de investigación correlacional, la muestra seleccionada estuvo compuesta por 78 estudiantes, quienes fueron seleccionados de forma no probabilística, el instrumento seleccionado para la recolección de datos de la variable estrés académico fue el inventario SISCO del estrés académico propuesto por Barraza, y para el uso de internet se utilizó el Cuestionario de uso de internet propuesto por Rial et al. Tras el análisis de los datos obtenidos se pudo concluir que no existe relación estadísticamente significativa entre el estrés académico y el uso de internet, esta conclusión fue posible debido a que el estadígrafo Rho de Spearman dio como resultado un p valor de 0,188, de forma descriptivo, se encontró que el 41% de participantes se encuentra en la categoría de estrés académico moderado, mientras que el 15,4% se ubicó en la categoría de estrés académico severo.

**Palabras clave:** Estrés académico, uso de internet, adolescentes.

## ABSTRACT

In this research report, it was proposed as a general objective to establish the relationship between academic stress and the use of the internet in adolescents during the COVID19 pandemic of an Educational Institution of Huancavelica, to achieve this objective a correlational research design was proposed, the The selected sample was composed of 78 students, who were selected in a non-probabilistic way, the instrument selected for data collection of the academic stress variable was the SISCO inventory of academic stress proposed by Barraza, and for the use of the Internet the Questionnaire was used. of internet use proposed by Rial et al. After analyzing the data obtained, it was possible to conclude that there is no statistically significant relationship between academic stress and Internet use. This conclusion was possible because Spearman's Rho statistician resulted in a p value of 0.188, descriptively. , it was found that 41% of participants are in the category of moderate academic stress, while 15.4% were in the category of severe academic stress.

**Keywords:** Academic stress, internet use, adolescents.

## CAPITULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

#### 1.1. Descripción de la realidad problemática

La pandemia ocasionada por el virus SARS-CoV-2, el mismo que es responsable de la infección COVID-19, ha generado una crisis de alcance mundial desde fines del año 2019 y acentuándose durante todo el año 2020 (British Broadcasting Corporation [BBC News], 2020). Como consecuencia de esto, todos los países del mundo han tenido la obligación de emprender acciones que ayuden a mitigar el impacto de la crisis, el Perú por su parte ha realizado cambios de importancia en el ámbito de la educación, aprobando según Resolución Ministerial N° 160-2020-MINEDU la aprobación del programa denominado *Aprendo en Casa*, el cual representa una estrategia de enseñanza de la educación básica a través de medios virtuales, en concordancia con el confinamiento para evitar el contagio del covid-19.

Esta situación ha generado una serie de consecuencias tangibles en todos los sectores de la población, y se evidencia una mayor afectación en los aspectos

psicológicos de todas las personas, pues sin distinción social, de edad o género, nos hemos visto confinados por variados periodos de tiempo para evitar el contagio de la COVID-19. En España un estudio publicado en la revista *Cadernos de Saúde Pública*, llegó a la conclusión que, aunque en el inicio de la emergencia o alerta sanitaria, las personas no demostraron cambios significativos en su funcionamiento psicológico, a medida que las semanas pasaron, fueron haciéndose más evidentes los síntomas relacionados con la depresión, la ansiedad y el estrés.

Martinez y Diaz (2007), proponen que la generación actual, posee características que los diferencian de generaciones anteriores a sus mecanismos de aprendizaje, estos autores plantean que las metodologías de enseñanza deberían modificarse para ajustarse a las características reales de los niños y adolescentes actuales y que deberían alcanzar el avance de la tecnología y el uso de las TIC's como herramienta principal para la enseñanza.

Podría plantearse desde este punto de vista una crítica importante hacia los modelos educativos tal como han sugerido Quito et al (2017) en un estudio en el que se encontró “que el 90% de estudiantes de educación regular presentaba niveles altos de estrés académico. Demostrando así que este tipo de resultados deben entenderse desde la necesidad de ajustar la forma de impartir la educación hacia las nuevas características que tienen los niños y adolescentes, sin embargo, existe aún muy poca información detallada sobre este tipo de temas que permitan la toma de decisiones en favor de un cambio paradigmático en la educación”.

Un estudio realizado por Peinado (2018) concluyó que el 34% de estudiantes de educación regular presentaron niveles importantes de estrés académico, además, 4% de ellos no cumplieron con los mínimos para alcanzar la

promoción. Es evidente que el estrés académico se relaciona con el rendimiento que alcanzan los estudiantes. esto ha sido estudiado particularmente por Cordova (2015) quien encontró “una relación significativa entre el estrés y el rendimiento académico, demostrando que niveles altos de estrés pueden influenciar el desempeño del estudiante, sumado a otros factores como pueden ser las características cognitivas, la motivación y la estabilidad emocional.”

En el Perú existe poca información con respecto a los procesos de enseñanza aprendizaje y su repercusión en la sintomatología de estrés que presentan los estudiantes, Rosales (2016) en una Universidad de Lima, encontró que “cerca del 20% de estudiantes se encontraba con niveles altos de estrés académico, resultado que es similar al hallado por Venancio (2018), quien también en la ciudad de Lima encontró que el 29% de estudiantes tenía un nivel de estrés académico alto”.

La información planteada anteriormente evidencia una dificultad importante con respecto al estrés académico en los estudiantes, sin embargo, debemos también considerar que en el año 2020 producto de la enfermedad infecciosa COVID-19, el Perú ha tomado la determinación de impartir la educación básica regular por medios virtuales, por lo que se convierte en una problemática actual, estudiar el efecto que tiene el acceso y tipo de uso de los medios tecnológicos y el internet, en los procesos de aprendizaje y sobre todo en la estabilidad de los estudiantes, así como en su incidencia en la aparición de estrés académico.

En la provincia de Castrovirreyna, el distrito de Colcas tiene dificultades técnicas severas con respecto al acceso a la internet. La infraestructura que las operadoras tienen funcionando en esa zona geográfica no permite garantizar la óptima comunicación, ocasionando intermitencias en la señal de internet y en consecuencia

en la asistencia o presencia en las clases virtuales. Esta problemática ha sido referida por los docentes y directivos de La Institución Educativa San Francisco, quienes a pesar de tener una población pequeña, compuesta solo por 78 estudiantes del nivel secundario, no han podido controlar las variables que se relacionan con la fluctuación del servicio de internet y la repercusión que esto tiene en el rendimiento académico y el estado emocional de los estudiantes.

## **1.2. Delimitación del problema**

**Delimitación temporal:** el presente estudio se llevó a cabo en los meses de marzo a octubre de 2021

**Delimitación espacial:** la investigación se aplicó en estudiantes de la Institución Educativa “San Francisco” del Distrito de Cocas, Huancavelica

**Delimitación teórica:** la investigación nos permitió obtener información precisa sobre la forma de ocurrencia del estrés académico y el uso de internet, además de ello se determinará si ambas variables están relacionadas.

**Delimitación social:** la población con la que se realizó el estudio fueron estudiantes varones y mujeres, de nivel secundario. Además, es importante considerar que la mayoría de estudiantes se ubican en zonas rurales y que el distrito de Cocas mantiene un limitado acceso a la infraestructura digital.

## **1.3. Formulación del problema**

### **1.3.1. Problema General**

¿Qué tipo de relación existe entre el nivel de estrés académico y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021?

### **1.3.2. Problema (s) Específico (s)**

- ¿Qué tipo de relación existe entre la dimensión estresores y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021?
- ¿Qué tipo de relación existe entre la dimensión síntomas y el uso a internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021?
- ¿Qué tipo de relación existe entre la dimensión frecuencia de uso de estrategias y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021?

#### **1.4. Justificación**

##### **1.4.1. Social**

Socialmente debemos remarcar la importancia del presente estudio, toda vez que los principales beneficiados con esta información son los estudiantes de la Institución Educativa “San Francisco” ubicada en el distrito de Cocas, Huancavelica, debido a que a partir de la descripción clara de las variables de estudio y de la búsqueda de la relación de las mismas, se podrán plantear alternativas de mejora. Por otro lado, los directivos y docentes de la Institución Educativa también fueron beneficiados, debido a que al conocer con precisión estos fenómenos, podrán regular su accionar, para orientarlo hacia el desarrollo saludable de las actividades lectivas, considerando el riesgo de estrés académico en los estudiantes y el acceso a internet que poseen.

##### **1.4.2. Teórica**

A nivel teórico, la presente investigación encuentra su justificación en la revisión ordenada que se hizo de las fuentes primaria de información teórica, el

análisis de las mismas y su posterior uso en las discusiones que finalmente permitirán a el presente estudio servir de aporte trascendental para el desarrollo de la información que tenemos con respecto al estrés académico y su relación con el uso de internet, en especial en una situación tan particular como la de la educación virtual. De esta forma, los resultados consolidarán una sólida fuente de información que permitirá el desarrollo de estudios posteriores, basándose en la información obtenida a través de un análisis concienzudo de parte de los autores.

### **1.4.3. Metodológica**

El estudio fortaleció la información que tenemos con respecto a los instrumentos utilizados, ya que fueron sometidos a procesos de validación de contenido a través de una evaluación rigurosa por jueces expertos, además, el procesamiento estadístico garantiza la confiabilidad de los datos obtenidos y de los instrumentos, por lo cual podrán ser utilizados en contextos similares, toda vez que también se realizó una prueba piloto para garantizar la fiabilidad de los datos. Estos procesos a los que fueron sometidos los instrumentos, garantizan el aspecto científico de la información obtenida, y por tanto la posibilidad de realizar generalizaciones a partir de la misma

## **1.5. Objetivos**

### **1.5.1. Objetivo General**



Determinar la relación entre el nivel de estrés académico y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

#### **1.5.2. Objetivo(s) Específico(s)**

- Determinar la relación entre la dimensión estresores y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.
- Determinar la relación entre la dimensión síntomas y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.
- Determinar la relación entre la dimensión frecuencia de uso de estrategias y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021

## CAPITULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes

##### 2.1.1. Antecedentes Internacionales

Peinado (2018) propuso una investigación que llevó por título “*Estrés Académico en estudiantes de tercero de bachillerato de Unidades Educativas Particulares del Ecuador*”, el objetivo de dicho estudio fue “determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de Unidades Educativas Particulares del Ecuador.” El autor propuso un enfoque metodológico que considera aspectos cuantitativos y que tiene un diseño de investigación de tipo descriptivo, además, se apoyó en el uso del método inductivo. El instrumento que utilizó para la obtención de los datos fue el inventario SISCO de estrés académico, el cual fue aplicado a un total de 69 estudiantes de quinto de bachillerato, los mismos que fueron elegidos según criterio del autor. Los datos que el autor obtuvo, permitieron evidenciar que el 30% de estudiantes no obtuvo puntajes adecuados en las calificaciones lectivas, por lo que serán sometidos a un proceso de reforzamiento, además, estos estudiantes presentan altos niveles de estrés académico.

Quito et al (2017) propusieron una investigación que llevó por título “*Estrés Académico en estudiantes de tercero de bachillerato de Unidades Educativas Particulares del Ecuador*”, el objetivo de dicho estudio fue “caracterizar el estrés académico en los estudiantes de tercero de bachillerato”, en este sentido, los autores

plantearon una metodología que se apoya en el enfoque cuantitativo, y un diseño de investigación descriptivo, como parte de la muestra se contó con la participación de 60 estudiantes, los cuales participaron de forma voluntaria y fueron elegidos de forma aleatoria, los datos obtenidos en este estudio fueron recopilados a través del uso de la encuesta, el instrumento en particular fue el Inventario SISCO de estrés académico como medio de recolección de datos. Tras el análisis de los datos y la información obtenida, se concluye que el 90% de los participantes se ubicaba dentro del nivel moderado y profundo de estrés académico.

Reinoso (2017) propuso una investigación titulada *“Influencia del Estrés en el Rendimiento Académico de los estudiantes del quinto semestre de la facultad de Odontología de la Universidad Central del Ecuador”*, el objetivo de dicho estudio fue “determinar la influencia que existe entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes del quinto semestre de la Facultad de Odontología de la Universidad Central del Ecuador”, el autor propuso un enfoque metodológico enmarcado dentro de lo cuantitativo, en lo que respecta al diseño de investigación, fue descriptivo; se contó con la participación de 150 estudiantes quienes conformaron la muestra de estudio y fueron elegidos a través de una técnica aleatoria, sus edades oscilaron entre 20 y 29 años, la técnica utilizada para la recolección de datos fue la encuesta, y el cuestionario que se usó fue el Inventario de Estrés Académico SISCO. El análisis de los datos permitió concluir que existe una tendencia inversa entre el rendimiento académico y el estrés, determinando que niveles altos de estrés académico, se relacionan con un bajo rendimiento académico.

Muñoz (2016) propuso una investigación que llevó por título *“Estrés académico niveles y diferencias de género en **estudiantes universitarios** de la Universidad del Azuay”*, el objetivo de dicho estudio fue “determinar el nivel de estrés académico en

estudiantes de la Universidad del Azuay”, a nivel metodológico el autor propuso una estrategia cuantitativa, con un diseño de investigación enmarcado dentro de lo descriptivo, se contó con la participación de 90 estudiantes, los mismos que conformaron la muestra de estudio y fueron elegidos de forma no aleatoria, cumpliendo criterios precisos propuestos por el autor, con respecto a la recolección de datos, se utilizó con técnica la encuesta y el instrumento fue un cuestionario llamado Inventario de Estrés Académico. El análisis de los datos obtenidos permitió arribar a la conclusión de que el género masculino es proclive a presentar niveles más altos de estrés académico, por otro lado, se demostró que el proceso de evaluaciones no incrementa el nivel de estrés académico.

Cordova (2015) planteó un estudio titulado “*Estrés y su asociación en el Rendimiento Académico en los estudiantes de la Facultad de Medicina desde primero a octavo nivel de la PUCE, sede Quito, en el período correspondiente de Enero a Mayo 2015*”, además, planteó como propósito “determinar la relación que existe entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la Facultad de Medicina de la PUCE”, para el logro de los objetivos, el autor propuso una metodología que se enmarca dentro del enfoque cuantitativo, con un diseño de investigación descriptivo, participaron del estudio 248 estudiantes cuyas edades oscilaron entre 17 y 26 años y fueron elegidos a través de una técnica de muestreo aleatoria, los datos fueron obtenidos utilizando la encuesta como técnica y el cuestionario como instrumento particular, se utilizó el Inventario SISCO de Estrés Académico y la Escala de Estrés Percibido PSS14. Se observó que en la muestra estudiada existe una mayor incidencia de estrés en los primeros ciclos, sin embargo, también se evidencia una correspondencia entre el nivel de estrés medio y un rendimiento académico muy bueno.

Reolid (2018) realizó una investigación titulada “*Usos de internet y redes sociales por parte de los adolescentes y estudiantes de Ciencias de la Salud*”, con el objetivo de determinar la frecuencia de uso de internet por estudiantes de ESO y de Ciencias de la Salud, así como las aplicaciones utilizadas, para alcanzar este objetivo se recurrió a un estudio transversal, contando con la participación de los estudiantes de los cursos de primero a cuarto de ESO de los institutos Ramón y Cajal y Universidad Laboral de Albacete durante el periodo 2013/2014, para la obtención de datos se utilizó un cuestionario autoadministrable diseñado por los autores y que permitió recoger los datos precisos relacionados con el uso de internet y las redes sociales, dicho instrumento fue aplicado a un grupo piloto con 11 voluntarios. Como conclusión más relevante para este estudio se obtuvo que era mucho más frecuente que los alumnos de clase social baja no se conectaban nunca o se conectaban con menor frecuencia debido a las dificultades de acceso que principalmente tenían que ver con poseer dispositivos o contratar servicios, mientras que los participantes de clase media y alta demuestran un uso de internet mucho más frecuente.

### **2.2.2. Antecedentes Nacionales**

Venancio (2018) propuso una investigación titulada “*Estrés Académico en estudiantes de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana*”, el propósito de dicho estudio fue “describir los niveles de estrés académico de los estudiantes de la Facultad de Psicología de una Universidad Nacional”, el autor propuso a nivel metodológico un enfoque cuantitativo y un diseño de investigación descriptivo los cuales permitirían el cumplimiento de los objetivos. En el estudio participaron voluntariamente 432 estudiantes, de los cuales 308 fueron mujeres y el resto varones, estos estudiantes fueron elegidos además con una técnica de muestreo aleatoria, para la obtención de los datos se

utilizó como técnica la encuesta y como instrumento el Inventario SISCO de estrés académico de Barraza. Tras el análisis de los datos se arribó a la conclusión que las mujeres muestran una mayor tendencia a presentar estrés académico, además, de la muestra general, el 28,7% de estudiantes se ubicaban en la categoría de estrés académico alto y muy alto.

Cerna (2018) planteó un estudio titulado “*Estrategias de aprendizaje y estrés académico en estudios universitarios de primer ciclo de la facultad de Psicología de una Universidad Privada de Lima*”, además, como propósito para dicho estudio propuso: “establecer la relación entre las estrategias de aprendizaje y el estrés académico en estudiantes universitarios de primer ciclo de la facultad de psicología de una universidad privada de Lima”. Esta investigación fue básica, de diseño descriptivo correlacional, la muestra se conformó con 88 estudiantes a quienes se les administró la Escala de Estrategias de Aprendizaje ACRA y el Inventario de Estrés Académico SISCO. Los resultados obtenidos permiten concluir que existe relación significativa entre las estrategias de aprendizaje y el estrés académico, con respecto al estrés académico de forma particular, se obtuvo que el 25% de participantes presentó un nivel de estrés académico alto.

Campos (2017) realizó una investigación titulada “*Estrés Académico en los estudiantes de primer a cuarto ciclo de la Universidad Autónoma de Ica, 2017.*” con el objetivo de “identificar el nivel de estrés académico en los estudiantes de primer a cuarto ciclo de la Universidad Autónoma de Ica, en el mes de noviembre de 2017”, planteó además una metodología enmarcada en el enfoque cuantitativo, con un diseño de investigación descriptivo, los participantes para la recolección de datos en este estudio aceptaron voluntariamente ser parte, fueron 94 alumnos, los mismos que fueron elegidos a

través de una técnica de muestreo no aleatoria, contando con criterios propuestos por el autor, la variable estrés académico fue medida utilizando la encuesta como técnica y como instrumento específico el Inventario de Estrés Académico SISCO. El análisis de la evidencia recopilada permitió concluir que el 35% de la muestra presenta un nivel de estrés académico promedio, mientras que el 36% de la muestra se encuentra ubicado entre las categorías alto y muy alto con respecto al estrés académico.

Monroy (2017) realizó un estudio titulado “*Estrés Académico y Manejo de Tiempo en Estudiantes Universitarios de Lima, Perú*”, con el objetivo de “relacionar y describir la relación entre el estrés académico y el manejo del tiempo de un grupo de estudiantes universitarios que cursan los primeros ciclos de facultad”, el autor propuso una metodología que permita cumplir los objetivos planteados, por lo que se enmarcó como un estudio cuantitativo con un diseño de investigación de tipo descriptivo correlacional. Los participantes para dicho estudio dieron su autorización voluntaria para formar parte de la muestra elegida, fueron 186 estudiantes y fueron elegidos a través de una técnica de muestreo no aleatoria, la información referida al estrés académico se recogió con encuestas como técnica, llamada Inventario de Estrés Académico SISCO y la Escala de Manejo de Tiempo en español TMBQ. Tras el análisis de los datos obtenidos después de la medición, se concluyó que existe una relación significativa entre el estrés académico y el manejo del tiempo, por otro lado, se encontró una tendencia hacia el estrés académico importante en aproximadamente un tercio de la muestra.

Rosales (2016) realizó un estudio titulado “*Estrés académico y hábitos de estudio en Universitarios de la carrera de Psicología de un Centro de Formación Superior Privada de Lima-Sur*”, con el objetivo de “establecer la relación que existe entre el estrés académico y los hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología del I al IV

ciclo de un centro de formación superior de Lima-Sur”, se planteó el uso del método científico y un diseño descriptivo correlacional, la muestra se conformó por 227 estudiantes de la carrera de Psicología, quien se encontraban cursando los cuatro ciclos iniciales, el instrumento utilizado para la recolección de los datos y la medición de la variable fue el Inventario Sisco de Estrés Académico y el Inventario de hábitos de estudio CASM-85. Los resultados mostraron que el 80,50% presenta un nivel promedio de estrés académico, por lo que cerca al 20% de estudiantes presentan niveles altos de estrés académico.

**CON RESPECTO A LA OBSERVACIÓN DE LA POBLACIÓN, AL NO HABER ANTECEDENTES EN SECUNDARIA PUEDE UTILIZARSE UNA POBLACIÓN SIMILAR YA QUE SE TRATA DE UN ESTUDIO INÉDITO, DE LO CONTRARIO NO TENDRÍAMOS NINGÚN ANTECEDENTE**

## **2.2. Bases Teóricas o Científicas**

### **2.2.1. Estrés**

El estrés como término técnico, se ha usado durante mucho tiempo en los ámbitos académicos de la literatura médica y en especial psicológica, se le atribuye uno de los primeros estudios sobre el estrés a Selye, pues bajo su planteamiento, considera que el estrés debe ser entendido como una reacción o respuesta normal del organismo y que es de carácter físico e inespecífico, dicha respuesta aparece ante situaciones que pueden ser internas o externas y en las que prima un contenido desagradable (Flores, 2001).

En términos de Peiró, con un lenguaje más actual, plantea que “el estrés es un fenómeno adaptativo de los seres humanos que contribuye, en buena medida, a su supervivencia, aun adecuado rendimiento en sus actividades y aun desempeño eficaz en muchas esferas de la vida” (2005, p. 10)



El tiempo permite que las ciencias evolucionen en su perspectiva de los fenómenos, por tanto actualmente el estrés adquiere también una denotación que remarca su carácter psicológico, en esta línea Nieto y Jesús (2006) plantean que el origen del estrés se encuentra en cualquier tipo de situación o experiencia que ocasione una carga emocional intensa, por lo que como consecuencia genera estados de tensión constantes y que las personas percibimos estas experiencias como ansiedad o nerviosismo; además, plantean también que si bien la mayoría de veces estas respuestas están originadas por factores externos, también puede ser causadas por situaciones o factores internos.

### ***Fases del estrés.***

Selye (1935, citado por Oblitas, 2004) plantea que el estrés puede estudiarse en tres fases diferentes.

- **Reacción de Alarma.** Esta fase da inicio al desencadenamiento del estrés, básicamente lo que ocurre es que una persona demuestra una reacción de algún tipo ante situaciones que son generadoras de estrés, un ejemplo podría ser la irritabilidad que una persona manifiesta, mientras que otras personas podría más bien notar una dificultad para concentrarse. Cuando una persona se encuentra en esta fase, lo usual es que hayan dos posibilidades, la primera sería superar la demanda del entorno y adaptarse, y la segunda sería ir hacia la siguiente fase del estrés.
- **Fase de resistencia.** Una vez que el hecho estresante ocurrió, el organismo del sujeto que experimenta el estrés se ve obligado a mantener una respuesta constante, generando una hiper activación que está orientada a superar la situación desagradable que origina la ansiedad. Esta fase debe entenderse como un esfuerzo más agresivo por parte del organismo de liberarse de la

situación que genera malestar. Nuevamente, al igual que en la fase anterior, existen la posibilidad de superar esta incomodidad y adaptarse o continuar con la siguiente fase.

- Fase de agotamiento. Esta sería la última fase del estrés, y aparece cuando el organismo ha perdido totalmente la capacidad para sostener la activación de mecanismos de defensa en contra de la situación. Como consecuencia, el organismo pierde la capacidad de sostener un funcionamiento normal y se evidencia un malestar fisiológico acusado. Si este estado se extiende en tiempo, las consecuencias se vuelven graves, debido a que sostener al organismo en esta fase de agotamiento genera funcionamientos erráticos en el componente fisiológico.

**Síntomas.** Santos (1993, citado por Velásquez, 2010) propone que los síntomas presentes en situaciones de estrés son varios y que pueden clasificarse de diversas formas, sin embargo, para mejorar su comprensión se pueden agrupar de la siguiente forma:

- *Síntomas Sociales.* Se trata de los síntomas que se manifiestan y observan en contextos que implican la interacción social, por ejemplo, colegios, universidades, centros de trabajo, etc., lo que se observará en estos casos serán problemas de rendimiento o desempeño y la desestructuración de las relaciones interpersonales.
- *Síntomas Fisiológicos.* El estrés ha sido asociado principalmente con los síntomas que alteran el funcionamiento normal de los procesos fisiológicos, asociados con el sistema endocrino, y vegetativo. Todos estos síntomas son agrupados de los síntomas fisiológicos, considerando además que tienen como característica la posibilidad de ser percibidos de forma más inmediata, a

manera de cambios en la respiración, ritmo cardiaco, temperatura, etc., y en otro espectro algunos cambios más asociados al funcionamiento del cuerpo en sí mismo como los niveles de azúcar y grasa en la sangre.

- *Síntomas Psicológicos.* Finalmente, dentro del espectro de las experiencias psicológicas, el estrés tiene síntomas que pueden ser descritos como estados emocionales o psicológicos transitorios, dentro de estos síntomas podemos encontrar la ansiedad, el exceso de angustia, los síntomas cognitivos y las conductas irritables.

### ***Teorías del estrés.***

*Teoría Fisiológica del estrés como respuesta.* El pionero en esta teoría fue Selye (1935, citado por Oblitas, 2004) y plantea que las respuestas fisiológicas del estrés son producto de activaciones automáticas en situaciones desagradables, las cuales generan en el organismo una serie de requerimientos o demandas muy intensas y difíciles de satisfacer, por lo cual el organismo no es capaz de gestionar por sus propios medios.

Este enfoque teórico enfatiza la presencia de dos modalidades de estrés, los mismos que tienen una funcionalidad diferenciada y que se orientan hacia aspectos positivos o negativos del funcionamiento. El estrés positivo está orientado hacia el cumplimiento de unas metas puntuales y que, a pesar de someter el organismo a estados desafiantes y a veces inadecuados, finalmente la recompensa suele retroalimentar de forma positiva todo el proceso, además de que este tipo de estrés por su naturaleza no es tan crónico ni insidioso. Por otro lado, el estrés negativo es aquel que no está relacionado directamente con el cumplimiento de metas que sean bien recibidas por el organismo y que además, debido a su característica crónica, genera agotamiento en el individuo. Este agotamiento finalmente termina por transformarse en una alteración de carácter clínico (Oblitas, 2004).

*Teoría de los sucesos vitales.* Holme y Rahe (1967, citado por Oblitas) proponen que en este enfoque teórico se da especial importancia a la ocurrencia consecutiva de eventos o situaciones experienciales que trascienden la percepción de la propia vida que tienen los individuos. Estos eventos serán valorados de acuerdo a la propia idiosincrasia del individuo como positivos o negativos, cuando los eventos son negativos son capaces de generar situaciones de estrés negativo bastante significativas, por ejemplo, perder a un ser querido es una vivencia que según los autores será percibida la mayoría de las veces como negativa por los individuos, por lo cual, habrá una percepción negativa lo cual llevará a la experiencia de síntomas de ansiedad. Adicionalmente los autores enfatizan que las vivencias positivas y trascendentales, también generan situaciones de estrés pero que son resueltas rápidamente, por lo que no generan mayor problema.

*Teorías basadas en la Interacción.* Esta teoría implica la evaluación cognitiva que un sujeto realiza ante una determinada situación, determinando las razones que deben sustentar categorizar como estresante o no a una situación particular, en este respecto se pueden observarse diferencias marcadas que dependerán en gran medida de las normas sociales y de las pautas culturales en general, “en este sentido, una persona valorará si la situación a la que se enfrenta es realmente estresante a partir de la consideración de la misma en relación con sus ideas, valores, ideales, creencias, y formas de procesamiento de la información que son muy particulares” (Reynoso, 2005).

Considerando esta propuesta teórica, cobra especial énfasis la valoración del componente cognitivo, Lazarus (1986, citado por Oblitas, 2004) determina que existen tres tipos de evaluación:

- *Primaria.* Considera la situación en sí misma, sea interna o externa.
- *Secundaria.* Considera la reacción que tiene la persona sobre la situación.

- *Reevaluación.* Consiste en un proceso de retroalimentación que ocurre en la interacción entre el sujeto y las demandas que le permiten utilizar o no mecanismos de respuesta en diferentes circunstancias.

### ***Tipos de Estrés.***

Dentro de la información técnica acerca del estrés, podemos encontrar diferentes formas de clasificar el estrés, así como sus manifestaciones, síntomas o los ámbitos en los cuales se determina la afectación. De forma puntual nos interesa el estrés que tiene como causa los entornos académicos, y que se manifiesta en los mismos.

#### *Estrés Académico.*

De acuerdo a Caldero, Pulido y Martínez (2007), el estrés académico es la respuesta que existe a partir de las vivencias y situaciones demandantes que solo ocurren en los entornos académicos, estas demandas pueden ser tan exigentes que le impiden al estudiante lograr la adaptación, por lo que empezará a experimentar síntomas negativos propios de una situación de estrés

Martínez y Díaz (2007) lo definen como “El malestar que el estudiante presenta debido a factores físicos, emocionales, ya sea de carácter interrelacional o intrarrelacional o ambientales que pueden ejercer una presión significativa en la competencia individual para afrontar el contexto escolar en rendimiento académico” (p. 14).

Considerando variables cognitivas que cobran especial relevancia, Barraza (2007) propone que “...es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta a) cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores (input); b) cuando estos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del

desequilibrio); y c) cuando este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (output) para restaurar el equilibrio sistémico” (p. 10)

*Estresores Académicos*. Huffman (2008) plantea que “el factor que desencadena la reacción estresante se le conoce como estresor” (p.98), en un entorno educativo, se entiende que los estresores están relacionados con las situaciones de demanda académica.

Barraza (2006) plantea que en el entorno educativo hay varios estresores que deben ser identificados:

- La desigualdad para el trabajo en equipo.
- La pobre capacidad de dosificación de tareas escolares.
- El exceso de responsabilidad que el estudiante puede recibir.
- Un lugar inadecuado para el desarrollo de las actividades escolares.
- Pobre dosificación del tiempo requerido para las tareas.
- Los exámenes cuando no se ajustan al nivel real de los estudiantes.

Como conjunto, estos estresores sumados a una serie de aspectos propios de la interacción, tales como la dinámica entre estudio y docente, dan como resultado estados de estrés académico que deben ser considerados con bastante cuidado (Barraza, 2006).

### **2.2.2. Uso de Internet**

Hahn (1995) propone que internet es un término que atribuimos a una serie de recursos informáticos y que almacenan información a nivel mundial. Se trata de un conjunto de redes de computadoras inmenso, y que se encuentran interconectados a través de infraestructuras alámbricas e inalámbricas, dando lugar así a la red más grande en el mundo.

Sanz (1994) describe al internet con adjetivos puntuales: grande, cambiante, diversa y descentralizada. Para este autor esos son los términos que mejor describen a la internet.

Si bien estas definiciones aclaran lo que el internet es en términos técnicos, sus repercusiones y usos superan al concepto. Actualmente, las Tecnologías de la Información y Comunicación TIC's dominan en gran medida muchos de los ámbitos de desarrollo de las sociedades, tales como la economía y la educación (Amar, 2006).

Hargittai (2002) realizó un análisis sumamente interesante, en el cual puntualizó las razón que provocaron y siguen provocando la proliferación tan acelerada del uso de TIC's:

- *Incremento exponencial de las computadoras en todos los ámbitos de la vida.* Los dispositivos electrónicos cada vez son más parte de nuestra vida cotidiana, y con ello la necesidad de mantenerlos conectados a la internet ha sido prioritaria, por tanto actualmente podemos evidenciar dispositivos como relojes con procesadores integrados y funcionalidades que depende y conectan con la internet.
- *Incremento de la necesidad de reciclarse.* Las TIC's han dominado incluso las áreas interpersonales, con la creación de plataformas diseñadas para la interacción o redes sociales que permiten acortar las limitaciones físicas de la distancia para poder interactuar en sincronía con las personas que queramos, por tanto las personas tenemos la necesidad de reinventarnos de forma continua para poder encajar en estos entornos.
- *Transformación de la economía.* La internet ha transformado la forma de funcionamiento de la economía, pudiendo notarse muchísimo en el

comercio electrónico y ejemplificando algunas empresas que actualmente funcionan exclusivamente a través de la red. Los modelos empresariales se han adaptado a una forma de funcionamiento digital y los mercados ahora son electrónicos.

- *Impacto en los medios de comunicación.* La internet ha revolucionado la forma de comunicación clásica que el mundo tenía. La posibilidad de acceder a información en tiempo real desde cualquier parte del mundo y básicamente desde cualquier dispositivo ha significado un desafío importante para las empresas cuyo giro de negocios es la comunicación.
- *Impacto en la investigación* El impacto en esta área es grandísimo, permitiendo a los expertos en el tema recopilar cantidades de información

Como se ha demostrado la internet se ha encargado de generar una revolución en diversos aspectos de funcionamiento de las sociedades. A continuación, veremos el impacto que ha tenido en el ámbito educativo.

### ***Las TIC's y el proceso de enseñanza aprendizaje.***

Salinas (1998) avisó que las redes de internet junto con el desarrollo de infraestructuras digitales, generarían un punto de quiebre en la forma que tenemos de percibir la educación. A partir de los años 90 los programas *e-learning* tomaron especial importancia en los círculos académicos ya que el aprendizaje electrónico permitía el perfeccionamiento profesional con las facilidades de acceso a la información y sin la necesidad de recurrir a tiempo/costo de movilización (Khan, 2001).

La educación a través de medios electrónicos se ha hecho un referente y se ha posicionado de forma contundente dentro de la oferta educativa, además de que las TIC's son un complemento indispensable para cualquier proceso educativa actual. Es necesario



comprender que el proceso de enseñanza-aprendizaje en entornos virtuales tiene algunas características.

***Ambiente de enseñanza-aprendizaje.*** Las TIC's se han encargado de transformar los paradigmas de la educación en tanto de los recursos necesarios para el logro de objetivos o competencias. Kearsley (2002) propone que las TIC's junto al paradigma de teleaprendizaje han constituido un pilar en la formación profesional del siglo XXI, la virtualidad se ha convertido en una ventaja que permite a un usuario aprender con personas de diferentes contextos, localizaciones geográficas e idiomas, esta posibilidad favorece el desarrollo de información teórica y científica y permite a los educandos perfeccionarse en niveles que en entornos presenciales serían costosos y prácticamente imposibles (Sevillano, 2008).

***Metodología de enseñanza-aprendizaje.*** De acuerdo a Collis y Moonen (2006) la virtualización producida por la presencia de dispositivos electrónicos conectados a internet, ha inducido a las personas a explotar sus capacidades de autoaprendizaje, debido no solo a la cantidad de información que puede encontrarse en la internet, sino a la forma de la misma, haciendo posible que miles de personas compartan, colaboren, transfieran información y conocimientos en diversos formatos y con diversas metodologías.

A partir de esta revolución, actualmente contamos como educación *online* que hace referencia a educación estrictamente virtual y *blended learning* que indica modelos de educación mixtos, que combinan componentes virtuales y presenciales. El desarrollo de la Web y la creación de plataformas *e-learning* han permitido fortalecer estos enfoques metodológicos para especializarse y finalmente conseguir resultados óptimos cuando son utilizados de forma correcta y acompañados de las herramientas necesarias (Costa y Callapez, 2004).

### ***Cambios en la educación debido a la infección COVID-19.***

El Perú como todos los países del mundo, en el año 2020 ha tomado acciones contundentes con fines de fortalecer la prevención del contagio de esta infección, toda vez que la pandemia que vivimos representa un riesgo mortal para los ciudadanos de todo el mundo.

En el mes de Marzo el Ministerio de Educación con Resolución Ministerial N° 160-2020-MINEDU resuelve el inicio del año escolar bajo la modalidad del programa *Aprendo en Casa*, este programa básicamente comprende la transformación y migración de estrategias de enseñanza a entornos virtuales, tales como la radio, la televisión, los teléfonos celulares y las computadoras.

No obstante de lo acertada de la respuesta, queda aún una tarea pendiente en términos de la evaluación de los resultados de dicha estrategia, considerando que en el Perú existen sectores con poco o nulo acceso a la internet. En este sentido debemos considerar dos dimensiones con respecto al Uso de Internet:

***Dimensión 1 – Hábitos de uso.*** Esta dimensión está relacionada con la forma de uso de la internet (Rial, Gómez, Braña y Varela, 2014), e incluye indicadores clave como por ejemplo:

- *Frecuencia de conexión.*
- *Tiempo de conexión.*
- *Horario de conexión.*
- *Lugares de conexión.*

Estos indicadores permiten evaluar y comprender de forma objetiva el comportamiento que tiene una persona, en este caso un estudiante con respecto al uso de internet.

***Dimensión 2 - Motivos de uso.*** Esta dimensión está relacionada con las motivaciones que tiene un estudiante y que guían el uso que tiene de la internet, al igual que la primera dimensión, tiene indicadores puntuales y objetivos que permiten el entendimiento de la misma (Rial et al, 2014).

- *Motivos de conexión.*
- *Barreras de uso.*
- *Expectativa.*

### **2.3. Marco Conceptual**

***Estrés Académico.*** Según Barraza, (2008) afirma que “es un proceso sistemático de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos, como estresores, indicadores del desequilibrio y el afrontamiento” (p. 274-275)

***Percepción del estrés.*** Barraza (2008) plantea que se trata básicamente de la capacidad para reconocer las situaciones de estrés o los estresores en un entorno educativa, de forma práctica también se le denomina estresores.

***Reacciones frente al estrés.*** Hace referencia a los síntomas que aparecen como consecuencia de las situaciones estresantes y que son experimentados por el estudiante, también toma la denominación de síntomas (Barraza, 2008).

***Frecuencia de uso de estrategias.*** Barraza (2008) propone que se trata de las estrategias de afrontamiento que el individuo utiliza en sintonía con las demandas académicas.

***Uso de Internet.*** Hace referencia al comportamiento que tiene una persona en relación a la conectividad con internet, a través de diversos dispositivos electrónicos (Rial et al, 2014).



## CAPITULO III

### HIPÓTESIS

#### 3.1 Hipótesis General

Hi: Existe relación inversa entre el nivel de estrés académico y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

Ho: No existe relación inversa entre el nivel de estrés académico y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

#### 3.2 Hipótesis específicas

- Hi: Existe relación inversa entre la dimensión estresores y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

Ho: No existe relación inversa entre la dimensión estresores y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

- H2 Existe relación inversa entre la dimensión síntomas y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

Ho: No existe relación inversa entre la dimensión síntomas y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

- H3 Existe relación inversa en la dimensión estrategias y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

Ho: No existe relación inversa en la dimensión estrategias y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

### 3.3 Variables

#### *Estrés académico*

##### *Definición conceptual*

Según Barraza, (2008) afirma que “es un proceso sistemático de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos, como estresores, indicadores del desequilibrio y el afrontamiento” (p. 274-275)

##### *Definición operacional*

En la investigación presente la variable en estudio se examinará/medirá mediante el instrumento SISCO que calculará el grado o nivel del estrés académico, obteniendo así un puntaje total de las contestaciones fraccionado por la cantidad de reactivos, de la misma forma se tomarán en cuenta las dimensiones implicadas en dicho instrumento; “situaciones estresantes” entendida como la “percepción del estrés”, “reacciones frente al estresor” (físicas, psicológicas y comportamentales) y “frecuencia de uso de estrategias de afrontamiento”, dicho instrumento cuenta con 31

items y los resultados se expresan en las categorías alto, medio alto, promedio, medio bajo y bajo.

***Uso de internet.***

***Definición conceptual***

Hace referencia al comportamiento que tiene una persona en relación a la conectividad con internet, a través de diversos dispositivos electrónicos (Rial et al, 2014).

***Definición Operacional***

La variable en estudio se estudiará a través del Cuestionario de Uso de internet, el cual permite conocer los detalles de los hábitos de uso de internet y los Motivos de uso, este cuestionario cuenta con 7 items y permiten caracterizar el uso de internet de acuerdo a: motivo de uso, barreras, frecuencia, entre otros.

## **CAPITULO IV**

### **METODOLOGÍA**

#### **4.1 Método de Investigación**

De acuerdo a Sánchez y Meza, (2017) una investigación es: “un proceso formal, sistemático, racional e intencionado en el que lleva a cabo el método científico de análisis” (p. 41). En otras palabras, un estudio procura hallar soluciones a nivel social, educativo, etc., con la “finalidad de arribar a un saber científico para favorecer la mejora de la existencia de las personas en diversos contextos del conocer humano, es por ello, que como método general se reconoce al método científico. Como método específico a emplear en la indagación respectiva es el hipotético deductivo ya que nos favorecerá en llegar a conclusiones específicas partiendo desde las hipótesis, según lo afirman” (Sánchez et al, 2017, p.146)

#### **4.2 Tipo de Investigación**

Citando a Sánchez et al, (2017) este tipo de estudio es básica o pura porque se “nos lleva a la búsqueda de nuevos conocimientos y campos de investigación, no tiene objetivos específicos. Mantiene como propósito recoger información de la realidad para enriquecer el conocimiento científico...” (p. 44). Por lo que podemos afirmar que este tipo de investigación está destinado a la generación de conocimientos, que sean confiables y válidos para poder realizar generalizaciones y que den fe de la realidad de un fenómeno en un contexto espacio temporal específico.

#### **4.3 Nivel de Investigación**

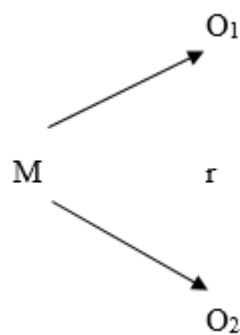


Según Hernández y Mendoza, (2018) el presente estudio es de nivel correlacional, lo que implica que es un tipo de investigación no experimental, cuya utilidad yace en la medición y establecimiento de relación estadísticamente significativa entre dos variables.

#### 4.4 Diseño de la Investigación

Para Hernández et al (2014), el diseño es transaccional o transversal pues se “recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único y su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado” (p.154), para esta investigación la recolección de datos se realizó en un solo momentos.

De acuerdo con Sánchez y Reyes (2006), el diseño de la investigación fue correlacional porque “se orienta a la determinación del grado de relación existente entre dos o más variables de interés en una misma muestra de sujetos o el grado de relación existente entre dos fenómenos o eventos observados” (p. 119). Lo que nos indica:



Donde:

M: Muestra 78 adolescentes

O<sub>1</sub>: Estrés Académico

r: Relación entre ambas variables

O<sub>2</sub>: Uso de internet

#### 4.5 Población y muestra

La población es entendida como “el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones ...” (Hernández et al, 2018, p. 198), por ello, la población para esta investigación está constituida por los estudiantes de la Institución Educativa “San Francisco”, que pertenece al distrito de Colcas, provincia de Castrovirreyna, Región Huancavelica, esta Institución debido a su lejanía cuenta con 78 estudiantes de nivel secundario.

**Tabla 1**

*Caracterización de la población*

<b>Institución Educativa San Francisco</b>				
<b>Grado</b>	<b>Sección</b>	<b>Mujeres</b>	<b>Varones</b>	<b>Total</b>
<b>1ro</b>	A	10	10	20
<b>2do</b>	A	2	8	10
<b>3ro</b>	A	7	13	20
<b>4to</b>	A	8	4	12
<b>5to</b>	A	12	4	16

<b>Total</b>	<b>39</b>	<b>39</b>	<b>78</b>
--------------	-----------	-----------	-----------

*Fuente: Reporte de Matriculados en el 2020*

**Técnica de muestreo:** La técnica de muestreo que se utilizó fue no probabilística por conveniencia, la que indica que el autor determina quienes participan en el estudio, bajo el cumplimiento de algunos criterios específicos, en la investigación que se propone, participaron 78 estudiantes matriculados en la I.E. San Francisco, de acuerdo a Hernandez et al (2018) este tipo de muestreo se denomina no probabilístico por conveniencia, sin embargo otros autores lo denominan como muestreo censal.

#### ***Inclusión***

- Los que presenten la autorización de los padres o apoderados.
- Los que respondan a todos los items del instrumento.
- Adolescentes del 1ro al 5to de secundaria.
- Adolescentes con dispositivos que permitan el acceso a internet.

#### ***Exclusión***

- Los que no tienen autorización de sus padres o apoderados.
- Los que no desean ser partícipes de este estudio.
- Los adolescentes con trastornos mentales diagnosticados.
- Adolescentes que no cuenten con dispositivos o acceso a internet.

#### **4.6 Técnicas e Instrumentos de recolección de datos**

Según Sánchez et al, (2017) la técnicas “son los medios por los cuales se proceden a recoger informacion requerida de una realidad o fenómeno en función a los objetivos de la investigacion” (p. 163), de acuerdo a estos autores se empleó una técnica indirecta llamada “encuesta” que es un formulario escrito con los reactivos relacionados con el propósito del estudio.

“El instrumento es una herramienta particular que se aplica para la reacudación de los datos e información y que a su vez tienen las características psicométricas exigidas por la ciencia” (Sánchez et al, 2017) por lo cual se usó como instrumento el cuestionario

### *Técnica – encuesta*

### *Instrumento - cuestionario*

#### *Ficha técnica del instrumento 1*

Nombre del instrumento: inventario SISCO del estrés académico

Autor: Arturo Barraza, (2008)

Procedencia: México

Validado en el Perú: Mueras (2015)

Finalidad: mide estrés académico

Dimensiones a evaluar: “situaciones estresantes” entendida como la “percepción del estrés”, “reacciones frente al estresor” (físicas, psicológicas y comportamentales) y “frecuencia de uso de estrategias de afrontamiento”.

El instrumento está constituido por 31 reactivos, de las cuales el primer reactivo tiene una escala dicotómica que permitirá al evaluado sea partícipe en responder el instrumento ya que tiene la característica de ser un filtro para continuar con el desarrollo de contestar los siguientes reactivos, el reactivo 2 está en una escala ordinal valoradas del 1 al 5 para identificar el nivel de estrés en su intensidad, luego la dimensión 1 compuesta por 8 reactivos, la segunda dimensión por 15 reactivos y la dimensión tercera conformada por 6 reactivos. Las opciones de respuestas para cada reactivo son; “nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre”. El

puntaje se adquiere por medio la sumatoria lograda en cada dimensión exceptuando el reactivo 2 que es un solo reactivo.

“La fiabilidad del instrumento se llevó en una población de 152 estudiantes de maestría. Así mismo, tuvo dos procesos, la primera por la técnica de split halves y el valor que se obtuvo de ello fue de 0.83 de forma completa, de 0.82 para la D1, de 0,88 para la D2, y finalmente de 0,71 para la D3 y en el análisis de cronbach se obtuvo 0.90 para el índice total, para la D1 0,85, en la D2 de 0,91 y en la D3 0,69” (Barraza, 2008 p.27 )

La validez tuvo tres procesos como el análisis factorial empleado con el tipo exploratorio por medio de la técnica de rotación de varimax hallando un 46% de varianza en su totalidad, en el análisis de consistencia interna se empleó la *r* de Pearson en la cual se encontró suficiente correlación para la validez y en el análisis contrastados por grupos se aplicó la *t*-studente que permitió finalmente la composición de 31 reactivos (Barraza, 2008)

Con respecto a la validación a un contexto más cercano, Campos y Garay (2020) realizaron la validación de contenido de este instrumento

### ***Ficha técnica del instrumento 2***

Nombre del instrumento: Cuestionario de uso de Internet.

Autor: Rial, Gómez, Braña y Varela (2014)

Procedencia: España

Validado en el Perú: Juárez (2017)

Finalidad: mide el comportamiento en internet

Dimensiones a evaluar: Hábitos de uso – Motivos de uso.

El presente instrumento tiene como objetivo recoger información referida al comportamiento que tenemos en la internet, indicando la frecuencia de uso, el tipo de uso que hacemos y además, los motivos por los que nos conectamos, las barreras que impiden conectarse y las expectativas que tenemos.

Con respecto a las propiedades psicométricas del instrumento, se realizó un procedimiento para valorar el índice de fiabilidad, obteniendo como resultado  $\alpha = ,82$  en el estadígrafo alfa de Cronbach, y respecto de la validez, se realizó una prueba de análisis factorial confirmatorio, obteniendo 81% de sensibilidad y 82,6% de especificidad.

Puede utilizarse adolescentes desde los 12 años. Para la selección de los items se utilizó como fundamento los aportes de Armstrong et al (2000), Castelana et al (2007). Gracias et al (2002) y Viñas (2009), a partir de un estudio riguroso y la selección de items a partir del juicio de expertos se obtuvo la versión actual del cuestionario, adicionalmente se realizó un procedimiento estadístico para la obtención de la fiabilidad a través de su aplicación en un grupo piloto y se obtuvo que el instrumento demuestra una fiabilidad buena.

### ***Validez y confiabilidad del estudio***

En el presente estudio se realizó el proceso de validación de ambos instrumentos a través del juicio de expertos, contando con la participación de tres expertos quienes dieron visto bueno a la aplicabilidad de ambos instrumentos.

Con respecto a la confiabilidad, ambos instrumentos fueron sometidos a una prueba piloto en la cual se encontraron los siguientes valores tras analizarlos con el estadígrafo alfa de cronbach, con respecto al Inventario de Estrés Académico, se obtuvo un valor alfa de ,925 por lo que su confiabilidad es excelente, en el caso del Cuestionario de Uso de Internet, se

obtuvo un valor alfa de ,861 por lo que su confiabilidad es alta, en consecuencia la aplicabilidad de ambos instrumentos es adecuada.

### ***Estrategias tomadas para evitar el conntagio de la COVID-19***

De acuerdo al Decreto Supremo N° 044-2020-PCM del mes de marzo del 2020, en el Perú se establece el confinamiento y distanciamiento social cuarentena como medida para contener el contagio del COVID-19, estas medidas impactan en el desarrollo normal de las actividades de investigación, por lo que en concordancia con lo establecido por nuestro país y las restricciones aún vigentes, la recolección de datos fue realizada a través de medios virtuales con el soporte de la plataforma Google Forms y las coordinaciones se realizaron a través de correos electrónicos y llamadas telefónicas, evitando de esta forma el contacto entre personas que puedan poner en riesgo de contagio a los participantes, los autores y cualquier otra persona que intervenga en el proceso de ejecución.

### **4.7 Técnicas de procesamiento y análisis de datos**

La presente investigación utilizó los formularios de Google para el recojo de información, y para el procesamiento se utilizó el software estadístico SPSS V25, en el cual se procesaron los gráficos y tablas de carácter descriptivo que permitieron organizar los datos relacionados con el nivel de estrés académico y el uso de internet, buscando así cumplir con los objetivos planteados. En la estadística inferencial se utilizó técnicas de correlación, en particular se utilizó la Rho de Spearman para comprobar las hipótesis.

### **4.8 Aspectos éticos de la Investigación**

Para cumplir con los requerimiento mínimos en el sentido ético de la investigación, seguimos las pautas establecidas en el Reglamento General de Investigación de la Universidad Peruana los Andes (2019), enfatizando los artículos 27 y 28, los cuales hacen hincapié en la importancia de respetar los datos obtenidos en la investigación, respetando por sobre todo la dignidad de los seres humanos sin discriminar diferencias étnicas ni de ningún tipo, esto se consiguió a través del uso del consentimiento informado a todos los participantes, los mismos que fueron seleccionados sin ningún tipo de discriminación de ningún tipo, por lo que tal como indica el reglamento, los datos obtenidos y que se presentan a continuación cumplen con los criterios de ética y de validez.



## CAPITULO V

### RESULTADOS

#### 5.1. Resultados descriptivos

A continuación se presenta la descripción de los resultados obtenidos en las variables de estudio estrés académico y uso de internet.

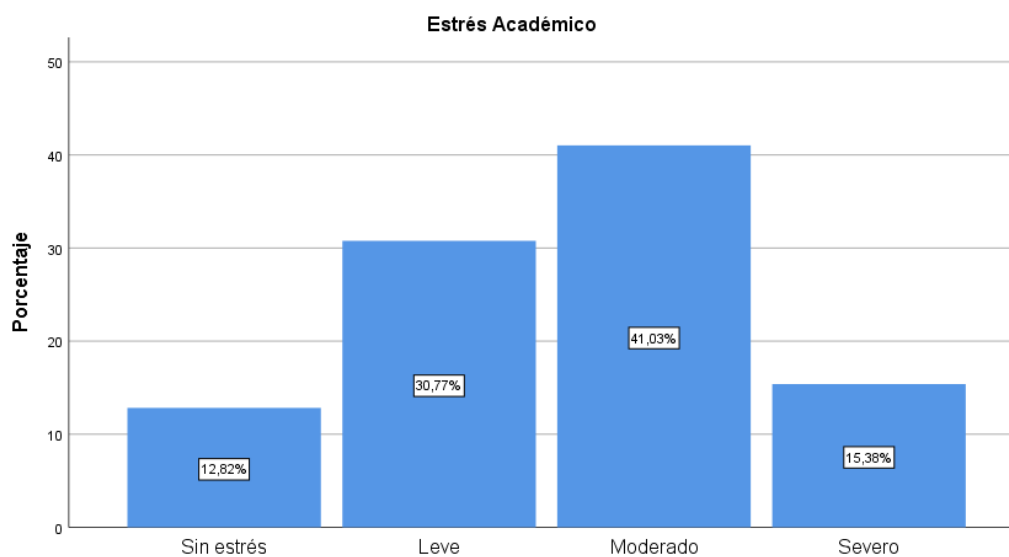
**Tabla 2**

*Nivel de estrés académico*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Sin estrés	10	12,8	12,8	12,8
Leve	24	30,8	30,8	43,6
Moderado	32	41,0	41,0	84,6
Severo	12	15,4	15,4	100,0
Total	78	100,0	100,0	

**Figura 1**

*Nivel de estrés académico*



En la tabla 2 y figura 1 podemos observar que de la muestra evaluada, el 41,03% se encuentra en un nivel moderado de estrés académico, el 15,38% en un nivel severo, mientras que el 12,82% no presenta estrés académico.

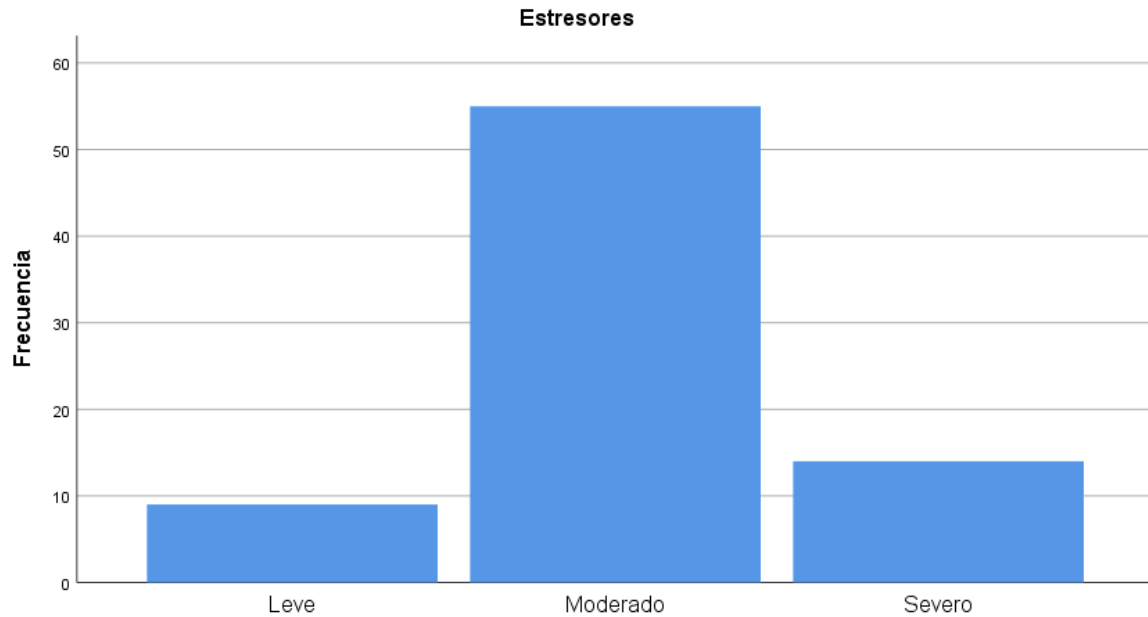
**Tabla 3**

*Nivel de presencia de la dimensión estresores*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Leve	9	11,5	11,5	11,5
	Moderado	55	70,5	70,5	82,1
	Severo	14	17,9	17,9	100,0
	Total	78	100,0	100,0	

**Figura 2**

*Nivel de presencia de la dimensión estresores*



En la tabla 3 y figura 2 se observa la presencia de la dimensión estresores en la muestra evaluada, de los cuales el 70,5% percibe un nivel moderado de estresores, el 17,9% un nivel severo y el 11,5% un nivel leve.

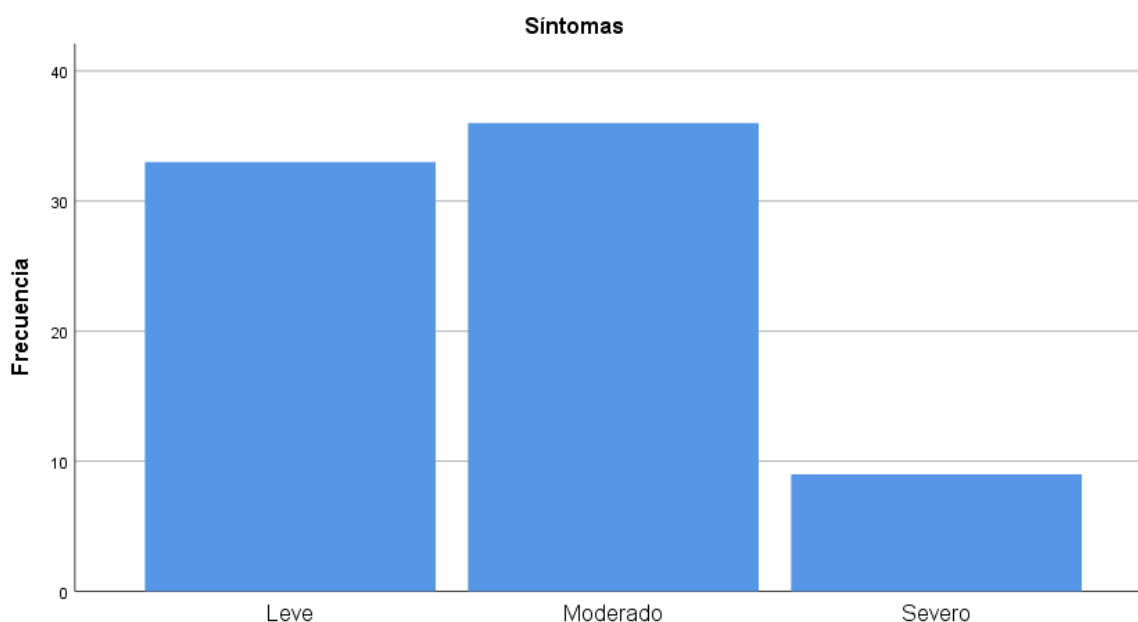
**Tabla 4**

*Nivel de presencia de la dimensión síntomas*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Leve	33	42,3	42,3	42,3
	Moderado	36	46,2	46,2	88,5
	Severo	9	11,5	11,5	100,0
	Total	78	100,0	100,0	

**Figura 3**

*Nivel de presencia de la dimensión síntomas*



En la tabla 4 y la figura 3 se observa la distribución de los niveles de presencia de la dimensión síntomas del estrés académico, puede observarse que el 46,2% de participantes se ubica en una categoría moderado, lo que indica que existe una presencia importante de sintomatología, por otro lado, solo el 11,5% se encuentra en la categoría severo, lo que hace referencia a un nivel sintomatológico muy elevado.

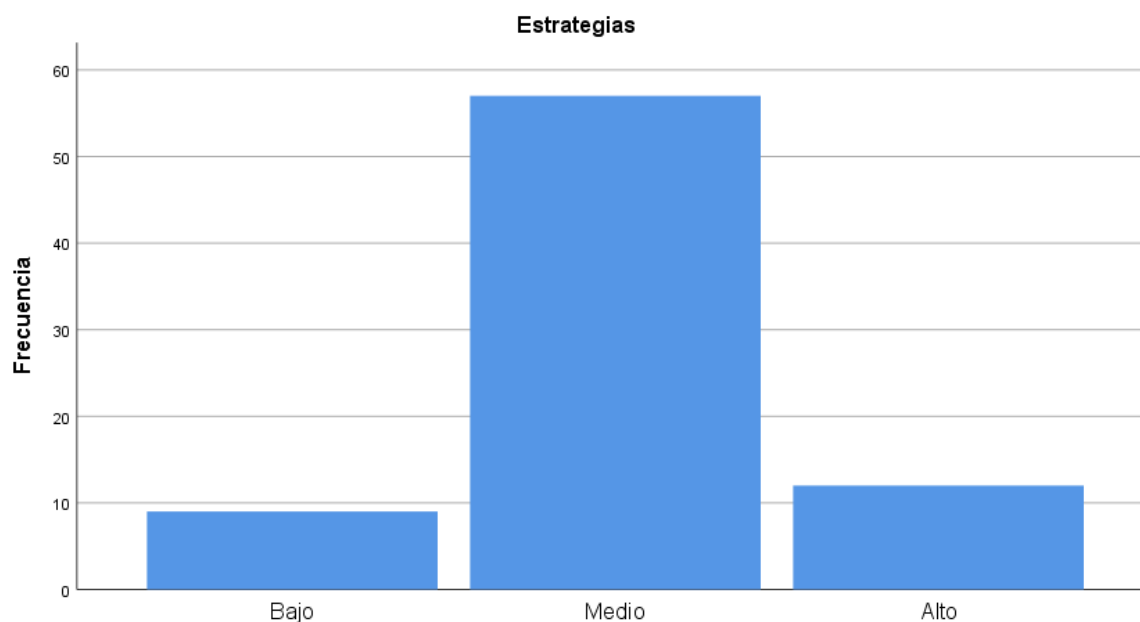
**Tabla 5**

*Nivel de presencia de la dimensión uso de estrategias*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	9	11,5	11,5	11,5
	Medio	57	73,1	73,1	84,6
	Alto	12	15,4	15,4	100,0
	Total	78	100,0	100,0	

**Figura 4**

*Nivel de presencia de la dimensión uso de estrategias*



En la tabla 5 y la figura 4 puede observarse la presencia de la dimensión uso de estrategias, el 73,1% de participantes se ubica en la categoría medio para el uso de estrategias, esto indica que ponen en práctica algunas estrategias para contrarrestar el estrés académico, con respecto a las categorías alto y bajo se tiene al 15,4% y 11,5% respectivamente.

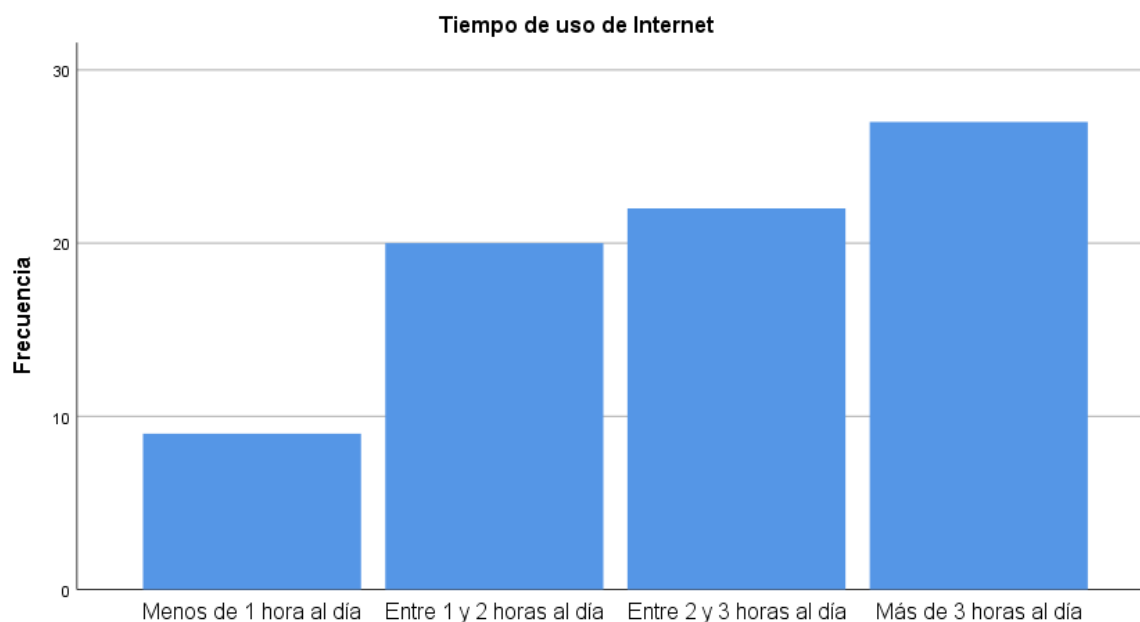
**Tabla 6**

*Tiempo de uso de internet*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Menos de 1 hora al día	9	11,5	11,5	11,5
	Entre 1 y 2 horas al día	20	25,6	25,6	37,2
	Entre 2 y 3 horas al día	22	28,2	28,2	65,4
	Más de 3 horas al día	27	34,6	34,6	100,0
	Total	78	100,0	100,0	

**Figura 5**

*Tiempo de uso de internet*



En la tabla 6 y figura 5 se observa el tiempo de uso de internet de los evaluados, el 34,6% de participantes utiliza el internet más de 3 horas al día, mientras que el 28,2% utiliza el internet entre 2 y 3 horas al día, por otro lado el 11,5% utiliza el internet en un plazo menor a 1 hora al día.

**Tabla 7**

*Barreras en el uso de internet*

	Frecuencia	Porcentaje
Válido No tengo desde dónde conectarme.	10	12,8
No me interesa, no me hace falta, no me parece útil.	6	7,7
Por desconocimiento, no sé bien cómo funciona, para qué sirve	3	3,8
Por desconfianza, por miedo.	4	5,1
Por problemas de conectividad constantes (la red se desconecta con frecuencia).	55	70,5
Total	78	100,0

En la tabla 7 se observan las barreras que impiden el uso de internet. El 70,5% de participantes reportó que la barrera por la que no puede mantener la conexión a internet es

debido a problemas de conectividad constantes, en segundo lugar se encuentra el 12,8% de participantes que reportó que no tiene desde dónde conectarse, demostrando esto que el acceso a internet no es adecuado.

## 5.2. Contrastación de hipótesis

### Hipótesis General

Hi: Existe relación inversa entre el nivel de estrés académico y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

Ho: No existe relación inversa entre el nivel de estrés académico y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

### Estadístico de prueba

Para determinar la relación entre las dos variables se utilizó el estadígrafo Rho de Spearman.

### Tabla 8

*Rho de Spearman para el estrés académico y tiempo de uso de internet*

			Estrés Académico	Tiempo de uso de Internet
Rho de Spearman	Estrés Académico	Coefficiente de correlación	1,000	<b>-,151</b>
		Sig. (bilateral)	.	,188
		N	78	78
Tiempo de uso de Internet	Tiempo de uso de Internet	Coefficiente de correlación	-,151	1,000
		Sig. (bilateral)	,188	.
		N	78	78

### Nivel de significancia

Se trabaja con un nivel de significando del 95%, por lo que es utiliza como equivalente 0,05%.

### **Criterio de decisión**

Se utilizará como criterio de decisión:

Si  $p \text{ valor} < 0,05$  se acepta la hipótesis de investigación

Si  $p \text{ valor} > 0,05$  se rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis nula.

### **Lectura de p valor y decisión estadística**

El  $p \text{ valor} = 0,188 > 0,05$  por lo que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis de investigación.

### **Resultado**

En base a los resultados obtenidos a través del estadígrafo Rho de Spearman se concluye que no existe relación significativa entre el nivel de estrés académico y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021, sin embargo existe una relación inversa que no demuestra significancia estadística.

### **Hipótesis Específica 1**

Hi: Existe relación inversa entre la dimensión estresores y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

Ho: No existe relación inversa entre la dimensión estresores y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

### **Estadístico de prueba**



Para determinar la relación entre las dos variables se utilizó el estadígrafo Rho de Spearman.

**Tabla 9**

*Rho de Spearman para la dimensión estresores y tiempo de uso de internet*

		Tiempo de uso de Internet		Estresores
Rho de Spearman	Tiempo de uso de Internet	Coefficiente de correlación	1,000	,014
		Sig. (bilateral)	.	,903
		N	78	78
	Estresores	Coefficiente de correlación	,014	1,000
		Sig. (bilateral)	,903	.
		N	78	78

### Nivel de significancia

Se trabaja con un nivel de significando del 95%, por lo que es utiliza como equivalente 0,05%.

### Criterio de decisión

Se utilizará como criterio de decisión:

Si  $p \text{ valor} < 0,05$  se acepta la hipótesis de investigación

Si  $p \text{ valor} > 0,05$  se rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis nula.

### Lectura de p valor y decisión estadística

El  $p \text{ valor} = 0,903 > 0,05$  por lo que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis de investigación.

### Resultado

En base a los resultados obtenidos a través del estadígrafo Rho de Spearman se concluye que no existe relación significativa entre la dimensión estresores y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

### **Hipótesis Específica 2**

H2 Existe relación inversa entre la dimensión síntomas y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

Ho: No existe relación inversa entre la dimensión síntomas y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

### **Estadístico de prueba**

Para determinar la relación entre las dos variables se utilizó el estadígrafo Rho de Spearman.

### **Tabla 10**

*Rho de Spearman para la dimensión síntomas y tiempo de uso de internet*

		Tiempo de uso de Internet      Síntomas		
Rho de Spearman	Tiempo de uso de Internet	Coefficiente de correlación	1,000	-,314**
		Sig. (bilateral)	.	,005
		N	78	78
	Síntomas	Coefficiente de correlación	-,314**	1,000
		Sig. (bilateral)	,005	.
		N	78	78

**Nivel de significancia**

Se trabaja con un nivel de significancia del 95%, por lo que se utiliza como equivalente 0,05%.

**Criterio de decisión**

Se utilizará como criterio de decisión:

Si  $p \text{ valor} < 0,05$  se acepta la hipótesis de investigación

Si  $p \text{ valor} > 0,05$  se rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis nula.

**Lectura de p valor y decisión estadística**

El  $p \text{ valor} = 0,05 = 0,05$  por lo que se acepta la hipótesis de investigación.

**Resultado**

En base a los resultados obtenidos a través del estadígrafo Rho de Spearman se concluye que existe relación significativa entre la dimensión síntomas y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

**Hipótesis Específica 3**

H3 Existe relación inversa en la dimensión estrategias y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

Ho: No existe relación inversa en la dimensión estrategias y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

**Estadístico de prueba**

Para determinar la relación entre las dos variables se utilizó el estadígrafo Rho de Spearman.

**Tabla 11**

*Rho de Spearman para la dimensión estrategias y tiempo de uso de internet*

		Tiempo de uso de Internet		Estrategias
Rho de Spearman	Tiempo de uso de Internet	Coefficiente de correlación	1,000	-,265*
		Sig. (bilateral)	.	,019
		N	78	78
	Estrategias	Coefficiente de correlación	-,265*	1,000
		Sig. (bilateral)	,019	.
		N	78	78

### **Nivel de significancia**

Se trabaja con un nivel de significando del 95%, por lo que es utiliza como equivalente 0,05%.

### **Criterio de decisión**

Se utilizará como criterio de decisión:

Si  $p \text{ valor} < 0,05$  se acepta la hipótesis de investigación

Si  $p \text{ valor} > 0,05$  se rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis nula.

### **Lectura de p valor y decisión estadística**

El  $p \text{ valor} = 0,019 < 0,05$  por lo que se acepta la hipótesis de investigación.

### **Resultado**

En base a los resultados obtenidos a través del estadígrafo Rho de Spearman se concluye que existe relación significativa en la dimensión frecuencia de uso de las estrategias y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.

## **ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

El presente informe de investigación reporta los datos obtenidos tras la medición de las variables estrés académico y uso de internet, de forma descriptiva se obtuvo lo siguiente:

Con respecto a la variable estrés académico, el 41% se encuentran en la categoría moderado, esto indica que cerca de la mitad de estudiantes presenta dificultades relacionadas con el estrés académico, percibiendo el aprendizaje y la educación como una situación generadora de estrés y en consecuencia manifestando malestar físico y psicológico, estos resultados son similares a los hallados por Quito et al (2017) quienes dirigieron un estudio en el que encontraron que la mayor cantidad de participantes se encontraba en un nivel moderado de estrés académico, con respecto al nivel de estrés académico severo, solo el 15,4% de participantes se encuentra en esta categoría, a pesar de que sigue siendo un resultado elevado considerando la gravedad que representa esta variable, Rosales (2016) encontró un resultado similar, concluyendo que el 20% de la muestra evaluada en el estudio que dirigió se encontraba en la categoría alta de estrés académico.

La segunda variable de estudio fue el uso de internet, los resultados descriptivos obtenidos a través del procesamiento de datos fueron los siguientes: con respecto al tiempo de uso de internet, el 34,6% de participantes usa internet más de tres horas al día, el 28,2% usa internet entre dos y tres horas al día, el 25,6% usa internet entre una y dos horas al día y el 11,5% usa internet menos de una hora al día. Superficialmente estos resultados no son coherentes con la *demanda* que asumimos debería ser obligatoria para cumplir las exigencias de la enseñanza remota, sin embargo también se realizó la medición de las barreras que impiden el uso de internet y sobre ello se encontró que el 70,5% de participantes refiere no poder conectarse a internet tanto como quisiera debido a problemas de conectividad constantes, indicando que la red se desconecta con frecuencia, el 12,8% de participantes refiere no tener un dispositivo con el cual conectarse a internet, por lo que resulta imposible

que el tiempo de conexión sea el necesario. Estos resultados reflejan la precaria realidad de los contextos rurales con respecto al acceso a internet, así como el acceso a dispositivos electrónicos que permitan el acceso a la red. En un estudio dirigido por Reolid (2018) se encontró que la clase social es un factor importante en la frecuencia de uso del internet, debido a que los participantes que pertenecían a una clase social baja no disponían de dispositivos o no podían contratar un servicio de internet estable, con lo cual demostraron una tendencia a tener un menor uso de internet, estos resultados refuerzan la información hallada en el presente informe de investigación, ya que los integrantes de la población evaluada en su mayoría pertenecen a la clase social baja, por lo que el acceso a los dispositivos electrónicos, es una limitación que impide la permanencia *online*, con lo cual el rendimiento académico se ve afectado.

Al inicio de la investigación se planteó el objetivo general determinar el tipo de relación entre el nivel de estrés académico y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021, para la contrastación de hipótesis se utilizó la prueba estadístico Rho de Spearman con la que se obtuvo un p valor de 0,188 indicando que no existe una relación estadísticamente significativa entre el nivel de estrés académico y el uso de internet, sin embargo se encontró una relación inversa sin significancia estadística. Desde una concepción teórica estos resultados no son consistentes con lo previsto, Huffman (2008) explica que las circunstancias que no permiten un adecuado desempeño académico son consideradas estresores y definitivamente generan estrés académico, bajo esta lógica, en una modalidad de estudios asistida por la virtualidad o también conocida como enseñanza remota, el uso del internet se convierte en un estresor que debería relacionarse directamente con la presencia del estrés académico, este tipo de afirmación puede ser hallada en estudios como el de Monroy (2017),

quien encontró que el estrés académico se relaciona directamente con la forma en que los estudiantes manejan el tiempo, sin embargo, en el caso del presente estudio, las barreras para el uso de internet probablemente generen el sesgo en la relación entre el estrés académico y el uso de internet, ya que por encima del 70% de participantes refieren que no es posible conectarse a internet debido a problemas constantes en la infraestructura que debería garantizar la conectividad, por tanto esta variable se ve sesgada y no permite un proceso de aprendizaje adecuado.

Con respecto al primer objetivo específico planteado, fue determinar la relación entre la dimensión estresores y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021, tras el procesamiento estadístico de los datos a través de la prueba estadística Rho de Spearman se obtuvo como p valor 0,903 con lo cual se tomó como decisión estadística que no existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión estresores y el uso de internet. Si bien estudios como el de Rosales (2016) y Campos (2017) encontraron que la presencia de la dimensión estresores tiene relevancia en los hábitos de estudio y por consiguiente las calificaciones que obtienen los estudiantes, en el caso del presente estudio se obtuvo que el 70,5% de participantes se encontraba en un nivel moderado con respecto a la presencia de estresores, esto indica que efectivamente las condiciones relacionadas con la enseñanza virtual son percibidas como estresores, de acuerdo a Barraza (2006) el entorno educativo tiene varias situaciones que pueden ser percibidas como estresores, entre ellas se tiene por ejemplo una pobre dosificación en el tiempo para las tareas en entornos de educación presencial, en entornos virtuales podríamos pensar que la tendencia abrupta al uso de tecnología, los problemas de conectividad y el acceso a dispositivos se convierten en estresores, no obstante el resultado estadístico que indica que no hay relación entre los

estresores y el estrés académico nuevamente podría deberse a una dificultad en el acceso al internet, generando un sesgo en los ítems relacionados con la medición de esta dimensión.

El objetivo específico 2 proponía determinar la relación entre la dimensión síntomas y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021, con respecto a ello, la prueba estadística Rho de Spearman dio como p valor 0,05 con lo cual se tomó como decisión estadística que si existe relación significativa entre la presencia de síntomas y el uso de internet, de acuerdo a Barraza (2008) los síntomas o reacciones frente al estrés, son percibidos por el estudiante de forma directa ya que conllevan a una situación de malestar físico y psicológico, en el presente estudio la falta de conectividad a internet que complica el proceso de aprendizaje para los estudiantes, podría ser la causa de los síntomas físicos y psicológicos que experimentan los participantes.

Finalmente, el objetivo específico 3 planteó determinar la relación entre la dimensión frecuencia de uso de estrategias y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021, después de aplicar el estadístico Rho de Spearman se obtuvo un p valor de 0,019 con lo cual se acepta la hipótesis de investigación y se concluye que existe relación estadísticamente significativa entre el uso de estrategias frente al estrés y el uso de internet, estos resultados pueden interpretarse considerando todas las acciones que deben realizar los estudiantes para lograr el aprendizaje bajo una modalidad virtual, si bien el hecho de estar en un entorno de aprendizaje implica que los estudiantes pongan en acción una serie de estrategias para contrarrestar el estrés producido por las demandas de la enseñanza (Barraza, 2008), en el caso de la muestra de estudio, se ve una necesidad superior de utilizar estrategias para contrarrestar la frustración ocasionada por los problemas de conectividad que impiden un proceso de aprendizaje óptimo.



**CONCLUSIONES**

- Se determinó que no existe relación estadísticamente significativa entre el estrés académico y el uso de internet, además, se encontró que el 41,03 de participantes se encuentra en un nivel moderado de estrés académico y con respecto al uso de internet, el 70,5% presenta problemas de conectividad que no le permiten tener una conexión constante.
- Se determinó que no existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión estresores y el uso de internet, sin embargo el 70,5% de participantes reporta un nivel moderado en la presencia de estresores lo que indica que la enseñanza bajo la modalidad virtual es percibida como complicada y demandante.
- Se determinó que existe una relación significativa entre la dimensión síntomas y el uso de internet, además de ello, el 46,2% de participantes presenta un nivel de síntomas moderado y el 11,5% un nivel alto, lo cual indica que más del 50% de participantes experimenta malestar físico y psicológico ocasionado por la enseñanza virtual.
- Se determinó que existe relación significativa entre la dimensión estrategias de uso frente al estrés y el uso de internet, adicionalmente se encuentra que el 73,1% de participantes se encuentra en la categoría medio con respecto al uso de estrategias indicando que tienen que recurrir con mucha frecuencia a diversas estrategias para contrarrestar el estrés.

## **RECOMENDACIONES**

- Se recomienda a los directivos y autoridades de la Institución Educativa San Francisco que tomen medidas prácticas que coadyuven a la gestión del estrés en el entorno académico de sus estudiantes y garantizar de esa forma un proceso de aprendizaje armónico.
- Se recomienda a las autoridades del Distrito de Cocas – Huancavelica que tomen las medidas necesarias para garantizar un acceso óptimo al internet en todos sus pobladores y mantenerlos así aptos para el aprendizaje y demás procesos que se realizan bajo la virtualidad.
- A la Universidad Peruana los Andes se recomienda que se publiquen los resultados de este estudio y que se fomente la ejecución de investigaciones en contextos rurales que permitan aperturar nuestro panorama sobre el conocimiento que tenemos de los constructos psicológicos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Amar, V. (2006). *Las nuevas tecnologías aplicada a la educación*. Cádiz: Universidad de Cádiz.
- Barraza Macías, A. (Julio- Diciembre de 2008). El estrés académico en alumnos de maestría y su variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 26(2), 270-289. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf>
- Barraza, A., & Quiñonez, J., (2007) *Investigación Educativa*. , 49-52. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2358918.pdf>
- Caldera, J., Pulido, B., & Martinez, G., (2007). *Revista de Educación y Desarrollo*. Recuperado de [http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo/anteriores/7/007\\_Caldera .pdf](http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.pdf)
- Campos, S. (2017). *Estrés Académico en los estudiantes de primer a cuarto ciclo de la Universidad Autónoma de Ica, 2017*. Universidad Autónoma de Ica. Perú.
- Cerna, R. (2018). *Estrategias de aprendizaje y estrés académico en estudios universitarios de primer ciclo de la facultad de Psicología de una Universidad Privada de Lima*. Universidad Peruana Cayetano Heredia. Perú.
- Collis, B., y Moonen, J. (2006). Tecnología de la Información en la educación superior: paradigmas emergentes. *Revisat de Universidad y Sociedad del Conocimiento*. 2(2), 1-15.
- Cordova, D. (2015). *Estrés y su asociación en el Rendimiento Académico en los estudiantes de la Facultad de Medicina desde primero a octavo nivel de la PUCE, sede*

*Quito, en el período correspondiente de Enero a Mayo 2015.* Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Perú.

Costa, M., y Callapez, M. (2004). ICT, Neurocognitive fundamentals and learning.

Comunicación presentada en EISTA, International Conference on Education and Information Systems: Technologies and Applications, Orlando: Florida.

Flores M. (2001). *El factor humano en la docencia de educación secundaria: un estudio de la eficacia docente y el estrés a lo largo de la carrera profesional.* Tesis de doctorado para obtener el título de Doctor en Psicología, Universidad Autónoma de Barcelona, Barcelona, España.

Gonzales, E. (2015). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1° y 5° grado de secundaria de una institución educativa estatal de Lima Este.* Lima: Universidad Peruana Unión. Obtenido de <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/527>

Hahn, H. (1995). *Internet: una información completa, ideal para todo usuario de Internet.* Osborne: McGrawHill

Hargittai, E. (2002). Second-level digital divide: Differences in people's online skills.

Disponible en [http://www.firstmonday.org/issues/issue7\\_4/hargittai/index.html](http://www.firstmonday.org/issues/issue7_4/hargittai/index.html)

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

Huffman, K. (2008). *Psicología en acción.* México. Editorial Limusa.

Kearsley, F. (2002). *Investigación del comportamiento* (4° ed.). México, DF: McGrawHill.

- Khan, B. (2001). *Web-based training*, New Jersey: Educational Technology Publications, Inc.
- Martinez, E., & Diaz, D. (2007). *Una aproximación psicosocial al estrés escolar*. Educación y Educadores vol. 10, núm. 2, 2007, pp. 11-22.
- Monroy, P. (2017). *Estrés Académico y Manejo de Tiempo en Estudiantes Universitarios de Lima, Perú*. Pontificia Universidad Católica del Perú. Perú.
- Muñoz, D. (2016). *Estrés académico niveles y diferencias de género en estudiantes universitarios de la Universidad del Azuay*. Universidad del Azuay. Ecuador.
- Oblitas, L. (2004). *Manual de psicología clínica y de la salud hospitalaria*. Recuperado de [https://aiustudev.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/X5w8L9\\_MANUAL%20DE%20PSICOLOGIA%20CLINICA%20Y%20DE%20LA%20SALUD%20HOSPITALARIA-1.pdf](https://aiustudev.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/X5w8L9_MANUAL%20DE%20PSICOLOGIA%20CLINICA%20Y%20DE%20LA%20SALUD%20HOSPITALARIA-1.pdf)
- Peinado, A. (2018). *El Estrés Académico en los estudiantes del último año, estudio realizado con estudiantes del último año del ciclo diversificado del Instituto Nacional de Educación Diversificada, San Pedro Sacatepéquez*. Universidad de San Carlos de Guatemala. Guatemala.
- Peiró JM, Salvador A. (1993). *Control del estrés laboral (1a ed.)*. España: Editorial UDEMA S. A.
- Quito, J., Tamayo, M., Buñay, D., & Neira, O. (2017). *Estrés Académico en estudiantes de tercero de bachillerato de Unidades Educativas Particulares del Ecuador*. Universidad Nacional Autónoma de México. México.

- Reinoso, E. (2017). *Influencia del Estrés en el Rendimiento Académico de los estudiantes del quinto semestre de la facultad de Odontología de la Universidad Central del Ecuador*. Universidad Central del Ecuador. Ecuador.
- Reynoso, L. (2005). Psicología clínica de la salud: Un enfoque conductual. Recuperado de <https://docer.com.ar/doc/5xcs00>
- Reynoso, L. (2002). Estrés Académico y Burnout en los estudiantes de Psicología. (Tesis inédita de Licenciatura). Universidad Rafael Urdaneta, Maracaibo, Venezuela.
- Rial, A., Gómez, P., Braña, T., y Varela, J. (2014). Actitudes, percepciones y uso de Internet y las redes sociales entre los adolescentes de la comunidad gallega (España). *Anales de Psicología*, vol. 30, num. 2, pp. 642-655
- 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*. Universidad Autónoma del Perú. Perú.
- Salinas, J. (1999). El rol del profesorado universitario ante los cambios de la era digital. I Encuentro Iberoamericano de perfeccionamiento integral del profesor universitario. Universidad Central de Venezuela. Caracas.
- Sánchez Carlessi, H., & Reyes Meza, C. (2017). *Metodología y Diseños en la Investigación Científica*. Lima: Business Support Aneth.
- Sanz, M. (1994). Abc de Internet. *Bloetín red iris* 28, 15-30. Disponible en <http://isis.faces.ula.ve/COMPUTACION/Internet/ABC/enfoque1.html>

Sevillano, M. (2008). Sociedad de la información-sociedad del conocimiento: relaciones y convergencia. En M. L. Sevillano (Coord), Nuevas tecnologías en educación social (pp,1-27). Madrid: McGrawHill.

Velásquez, H. (2010). Como afecta y se relaciona el estrés con el rendimiento académico en estudiantes de segundo año de la carrera de medicina del cum-usac, durante el mes de mayo de 2010. (Tesis de Licenciatura).Universidad de San Carlos, Guatemala, Guatemala

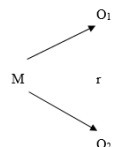
Venancio, G. (2018). *Estrés Académico en estudiantes de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana*. Universidad Nacional Federico Villareal. Perú.



## **Anexos**

## Matriz de consistencia

### Título: ESTRÉS ACADÉMICO Y USO DE INTERNET DE LOS ADOLESCENTES DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE HUANCVELICA, 2021

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE DE ESTUDIO	METODOLOGÍA
<p><b>General</b> ¿Existirá relación significativa entre el nivel de estrés académico y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021?</p> <p><b>Específicos</b> ¿Existirá relación significativa entre la dimensión estresores y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021?</p> <p>¿Existirá relación significativa en la dimensión síntomas y el uso a internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021?</p> <p>¿Existirá relación significativa entre la dimensión frecuencia de uso de estrategias y el uso de internet en los adolescentes durante</p>	<p><b>General</b> Establecer la relación entre el nivel de estrés académico y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.</p> <p><b>Específicos</b> Establecer la relación entre la dimensión estresores y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.</p> <p>Establecer la relación entre la dimensión síntomas y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.</p> <p>Establecer la relación entre la dimensión frecuencia de uso de estrategias y el uso de internet en los adolescentes durante la</p>	<p><b>General</b> Hi: Existe relación significativa entre el nivel de estrés académico y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.</p> <p>Ho: No existe relación significativa entre el nivel de estrés académico y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.</p> <p><b>Específicos</b> Hi: Existe relación significativa entre la dimensión estresores y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.</p> <p>Ho: No existe relación significativa entre la dimensión estresores y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de</p>	<p><b>Variable</b> Estrés académico</p> <p><b>Dimensiones</b> Reacciones físicas Reacciones psicológicas Reacciones comportamentales</p> <p><b>Variable</b> Uso de Internet</p> <p><b>Dimensiones</b> Hábitos de uso Motivos de uso</p>	<p><b>TIPO DE INVESTIGACIÓN</b> Según su finalidad es de tipo básica porque se busca incrementar la teoría y desde el enfoque cuantitativo</p> <p><b>NIVEL DE INVESTIGACIÓN</b> Correlacional</p> <p><b>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN</b> No experimental transeccional</p> <p>Descriptivo correlacional</p>  <pre> graph TD     M --&gt; O1     M --&gt; O2     O1 --- r --- O2   </pre> <p><b>POBLACIÓN</b> La población estará constituida por 78 estudiantes en su conjunto.</p> <p><b>MUESTRA</b> La muestra estará constituida por 78 estudiantes</p> <p><b>Técnica de muestreo</b> Censal</p>

---

la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021?	pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021	una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.
		H2 Existe relación significativa entre la dimensión síntomas y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.
		Ho: No existe relación significativa entre la dimensión síntomas y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.
		H3 Existe relación significativa en la dimensión frecuencia de uso de las estrategias y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021.
		Ho: No existe relación significativa en la dimensión frecuencia de uso de las estrategias y el uso de internet en los adolescentes durante la pandemia COVID19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2021

### Matriz de operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	REACTIVOS	ESCALA DE MEDICIÓN
Estrés académico	Según Barraza, (2008) afirma que “es un proceso sistématico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos, como estresores, indicadores del desequilibrio y el afrontamiento” (p. 274-275)	La variable en estudio se examinará mediante el instrumento SISCO que calculará el grado o nivel del estrés académico, obteniendo así un puntaje total de las contestaciones fraccionado por la cantidad de reactivos	Percepción del estrés	3 al 10	Ordinal
			Reacciones frente al estrés	11 al 25	
			Frecuencia de uso de estrategias	26 al 31	

*Fuente. Los investigadores*

<b>VARIABLE</b>	<b>DEFINICIÓN CONCEPTUAL</b>	<b>DEFINICIÓN OPERACIONAL</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>REACTIVOS</b>	<b>ESCALA DE MEDICIÓN</b>
Uso de Internet	Hace referencia al comportamiento que tiene una persona en relación a la conectividad con internet, a través de diversos dispositivos electrónicos (Rial et al, 2014).	La variable en estudio se estudiará a través del Cuestionario de Uso de internet, el cual permite conocer los detalles de los hábitos de uso de internet y los Motivos de uso	Hábitos de uso	1 al 4	Ordinal
			Motivos de uso	5 al 7	

*Fuente. Los investigadores*

**Matriz de operacionalización del instrumento**

---

<b>Variable</b>	<b>Dimensión</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Reactivos</b>	<b>Escala</b>	<b>Validez y fiabilidad</b>	<b>Escala de medición</b>
-----------------	------------------	--------------------	------------------	---------------	-----------------------------	---------------------------

---

Estrés académico	Percepción del estrés	Situaciones que son percibidas como mayor frecuencia como estresantes por lo examinados	3. La competencia con los compañeros del grupo	Alto	La validez con análisis factorial, análisis de consistencia interna y de grupos contrastados. Con el alfa de cronbach para el instrumento total 0.90	Ordinal		
			4. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares.					
			5. La personalidad y el carácter del profesor.					
			6. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, exposiciones, trabajos de investigación, etc.)					
			7. El tipo de trabajo que te piden los profesores (exámenes, exposiciones, trabajos de investigación, etc.)					
			8. No entender los temas que se abordan en clase.				Medio alto	
			9. Participación en clase (responder preguntas, exposiciones, etc.)				Promedio	
			10. Tiempo limitado para hacer el trabajo				Medio bajo	
							Bajo	La dimensión 1; 0.085, para la dimensión 2; 0.91 y para la dimensión 3; 0.69.
								Reacciones físicas
		11. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)						

---

Reacciones frente al estrés	Indagar la presencia de síntomas físicos, psicológicos y comportamentales del estrés académico	<p><b>12.</b> Fatiga crónica (cansancio permanente)</p> <p><b>13.</b> Dolores de cabeza o migrañas.</p> <p><b>14.</b> Problemas de digestión, dolor de estómago o diarrea.</p> <p><b>15.</b> Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.</p> <p><b>16.</b> Somnolencia o mayor necesidad de dormir</p>
		Reacciones psicológicas
		<p>17. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)</p> <p>18. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)</p> <p>19. Ansiedad, angustia o desesperación</p> <p>20. Dificultades para concentrarse.</p> <p>21. Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.</p>
		Reacciones comportamentales

---



---

		22. Conflicto o tendencia a polemizar, discutir o pelear
		23. Aislamiento de los demás.
		24. Desánimo para realizar las labores escolares
		25. Comer más o comer menos alimentos.
		26. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).
Frecuencia de uso de estrategias	Identificar que estrategias son las más usadas frente a una situación estresante	27. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.
		28. Elogios a sí mismo.
		29. La religiosidad (oraciones o asistencia a la iglesia, misa o culto)
		30. Búsqueda de información sobre la situación.
		31. Contar lo que me pasa a otros. (verbalización de la situación que preocupa.

## El instrumento (os) de investigación

### Inventario de Estrés Académico

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la interpretación de los resultados.

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

- Si  
 No

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

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

1	2	3	4	5

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

<b>Respuestas Psicológicas</b>	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre	
1. Sentimiento de depresión y tristeza(decaído)						
2. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)						

3. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
4. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.					
5. Problemas de concentración					
6. Ansiedad, angustia					
7. Aislamiento y alejamiento de los demás.					

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

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

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

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

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

<b>Causantes de Estrés</b>	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
2. Sobrecarga de tareas y trabajos académicos					
3. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
4. No entender los temas que se abordan en la clase					

5. La competencia con los compañeros de grupo					
6. Tiempo limitado para hacer el trabajo.					

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

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

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

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

## CUESTIONARIO DE USO DE INTERNET

A continuación responda con sinceridad las siguientes preguntas en relación al uso que usted tiene de internet.

1. ¿Cuál es la frecuencia con la que usa internet?
  - a. Diaria (todo o casi todos los días)
  - b. Semanal (una o dos veces por semana)
  - c. Ocasional (un par de veces al mes)
  - d. Nunca/casi nunca.
2. ¿Cuál es el tiempo promedio que permanece conectado?
  - a. Menos de 1 hora al día.
  - b. Entre 1 y 2 horas al día
  - c. Entre 2 y 3 horas al día
  - d. Más de 3 horas al día.
3. ¿En qué horario normalmente se conecta a internet?
  - a. De las 8h a las 14h.
  - b. De las 14 h a las 16h
  - c. De las 16h a las 21h
  - d. De las 21h a las 24h
  - e. A partir de las 24h
4. ¿Desde dónde se conecta a internet normalmente?
  - a. Desde mi casa.
  - b. Desde la casa de algún amigo o familiar
  - c. Desde una cafetería o cabina de internet.
  - d. Desde el móvil
  - e. Desde cualquier lugar con wifi
5. ¿Cuál es el motivo principal por el que se conecta a internet?
  - a. Visitar mi perfil de Facebook y otras redes sociales.
  - b. Descargas archivos, músicas, películas, etc.
  - c. Buscar información relacionada con los estudios.
  - d. Consultar el correo electrónico.
  - e. Ver series, películas, partidos, etc.
  - f. Buscar información de todo tipo.
  - g. Participar en juegos online.
  - h. Desarrollo de clases virtuales.
6. ¿Cuáles son las barreras que le impiden conectarse a internet?

- a. No tengo desde dónde conectarme.
  - b. No me interesa, no me hace falta, no me parece útil.
  - c. Por desconocimiento, no sé bien cómo funciona, para qué sirve.
  - d. Por desconfianza, por miedo.
  - e. Por problemas de conectividad constantes (la red se desconecta con frecuencia).
7. ¿Cuál es la expectativa que tienes con respecto al uso de internet?
- a. Me conecto todo lo que me gustaría.
  - b. No me conecto todo lo que me gustaría.

GRACIAS POR SU PARTICIPACIÓN.

**Asentimiento informado.**

# INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO Y CUESTIONARIO DE USO DE INTERNET

Las siguientes preguntas tienen por objetivo evaluar la condición de estrés frente al ámbito académico y las características de uso de internet, en este sentido, los responsables de la investigación agradecen inmensamente su participación y le recuerdan que los datos consignados son totalmente confidenciales, por lo que pedimos conteste con sinceridad.

[Acceder a Google](#) para guardar el progreso. [Más información](#)

**\*Obligatorio**

¿Aceptas participar del estudio?

- Sí
- No



## Declaración de Confidencialidad



**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN**

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada ESTRÉS ACADÉMICO Y USO DE INTERNET DE LOS ADOLESCENTES DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE HUANCVELICA, 2020 mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por los investigadores responsables: Lorena Benavides Manrique y Erika Hurtado Suarez

Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Huancayo, 09 de Noviembre 2020.



(PARTICIPANTE)

Apellidos y nombres: .....

Nº DNI: .....

#### 1. Responsable de investigación

Apellidos y nombres: BENAVIDES MANRIQUE LORENA ALEJANDRA

D.N.I. Nº 07606130

Nº de teléfono/celular: 991379962

Email: [lorenabenavidesm2013@gmail.com](mailto:lorenabenavidesm2013@gmail.com)

Firma:  .....

#### 2. Responsable de investigación

Apellidos y nombres: HURTADO SUAREZ ERIKA ESMERALDA

D.N.I. Nº ...07477571

Nº de teléfono/celular: 989308299

Email: [erika.ctms@gmail.com](mailto:erika.ctms@gmail.com)

Firma:  .....

#### 3. Asesor(a) de investigación

Apellidos y nombres:

D.N.I. Nº

Nº de teléfono/celular:

Email:

Firma: .....

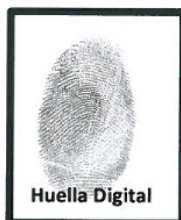


**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN**

**DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD**

Yo LORENA ALEJANDRA BENAVIDES identificado (a) con DNI N° 07606130 egresado la escuela profesional de Psicología, habiendo implementado el proyecto de investigación titulado “ESTRÉS ACADÉMICO Y USO DE INTERNET DE LOS ADOLESCENTES DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE HUANCAMELICA, 2020”, en ese contexto declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán preservados y serán usados únicamente con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en los artículos 27 y 28 del Reglamento General de Investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de Ética para la investigación Científica de la Universidad Peruana Los Andes , salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, 09 de Noviembre 2020.



Apellidos y nombres: Benavides Manrique  
 Lorena Benavides



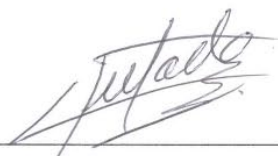
**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN**

**DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD**

Yo ERIKA ESMERALDA HURTADO SUAREZ, identificado (a) con DNI N° 07477571 egresado la escuela profesional de Psicología, habiendo implementado el proyecto de investigación titulado “ESTRÉS ACADÉMICO Y USO DE INTERNET DE LOS ADOLESCENTES DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE HUANCAVELICA, 2020”, en ese contexto declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán preservados y serán usados únicamente con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en los artículos 27 y 28 del Reglamento General de Investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de Ética para la investigación Científica de la Universidad Peruana Los Andes, salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, 09 de Noviembre 2020.



  
Apellidos y nombres: Hurtado Suarez Erika  
Esmeralda

## Compromiso de autoría

### COMPROMISO DE AUTORÍA

En la fecha, yo...LORENA ALEJANDRA BENAVIDES MANRIQUE , identificado con DNI N° 07606130 Domiciliado en Av. Cesar Canevaro #718 distrito de Lince, estudiante de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes, me COMPROMETO a asumir las consecuencias administrativas y/o penales que hubiera lugar si en la elaboración de mi investigación titulada “Estrés Académico y s de uso Internet de adolescentes durante la Pandemia COVID-19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2020” se haya considerado datos falsos, falsificación, plagio, auto plagio, etc. y declaro bajo juramento que el trabajo de investigación es de mi autoría y los datos presentados son reales y he respetado las normas internacionales de citas y referencias de las fuentes consultadas.

Huancayo, 05 de noviembre de 2020



---

Lorena Alejandra Benavides Manrique  
DNI: 07606130

## COMPROMISO DE AUTORÍA

En la fecha, yo ERIKA ESMERALDA HURTADO SUAREZ, identificado con DNI N° 07477571. Domiciliado en Urbanización La Merced Mz. 4 distrito de Ate, estudiante de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes, me COMPROMETO a asumir las consecuencias administrativas y/o penales que hubiera lugar si en la elaboración de mi investigación titulada "Estrés Académico y s de uso Internet de adolescentes durante la Pandemia COVID-19 de una Institución Educativa de Huancavelica, 2020" se haya considerado datos falsos, falsificación, plagio, auto plagio, etc. y declaro bajo juramento que el trabajo de investigación es de mi autoría y los datos presentados son reales y he respetado las normas internacionales de citas y referencias de las fuentes consultadas.

Huancayo, 05 de noviembre de 2020



Apellidos y Nombres Hurtado Erika  
DNI N° 07477571

## CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LA INSTITUCIÓN

“AÑO DE LA UNIVERZALIZACION DE LA SALUD”

Cocas, 12 de Octubre del 2020

Oficio N° 038-2020/ GOB.REG.HVCA.DREH.UGELC/IE.SF.C/D.

SEÑOR (a) : LORENA ALEJANDRA BENAVIDES MANRIQUE  
ERIKA ESMERALDA HURTADO SUAREZ

PRESENTE.-

ASUNTO : Documento de Autorización

Me es grato dirigirme a cada uno de Ustedes y hacer llegar el saludo cordial en representación de la comunidad educativa de la Institución Educativa “San Francisco” del Distrito de Cocas y el mío propio.

La presente es con la finalidad de AUTORIZAR a: Lorena Alejandra Benavides Manrique, Erika Esmeralda Hurtado Suarez, quienes son Bachilleres en psicología, las mencionadas investigación con fines de titulación, en la Universidad Peruana los Andes.

Dirigidos a los estudiantes de la Institución Educativa “San Francisco” del nivel secundaria, la actividad se realizara en modalidad encuesta (online), la fecha de intervención será previa coordinación con las interesadas; se cuenta con una población de setenta y uno (71) estudiantes.

Aprovechamos la oportunidad para expresarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente;

  
  
Mg. Edgar L. Nahua Durand  
DIRECTOR (e)

## CONSTANCIAS DE JUICIO DE EXPERTOS

### CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Nombre y apellidos del Juez: GLORIA MARIA MEDRANO SANCHEZ

Formación académica: LIC. EN PSICOLOGIA

Áreas de experiencia laboral: AREA CLINICA – ORGANIZACIONAL Y SOCIAL

Tiempo: 8 AÑOS Cargo actual: COORDINADORA MENTORA

Institución: PROGRAMA AURORA – MINISTERIO DE LA MUJER Y POBLACIONES VULNERABLES

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento de evaluación denominada INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DEFICIENTE	BUENO	EXCELENTE
<b>Suficiencia de los Ítems</b> (Los ítems que pertenecen a una misma dimensión bastan para obtener la medición de ésta).			X
<b>Relevancia</b> (El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido).			X
<b>Coherencia</b> (El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo).			X
<b>Claridad de los ítems</b> (El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas).		X	

Fecha: 11 DE SETIEMBRE 2021



**Lic. Gloria Medrano Sánchez**  
**PSICOLOGA - PSICOTERAPEUTA**  
**C. Ps. P. N° 21505**

### CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Nombre y apellidos del Juez: GLORIA MARIA MEDRANO SANCHEZ \_\_\_\_\_

Formación académica: LIC EN PSICOLOGIA \_\_\_\_\_

Áreas de experiencia laboral: CLINICA, ORGANIZACIONALL, SOCIAL \_\_\_\_\_

Tiempo: 8 AÑOS Cargo actual: COORDINADORA MENTORA \_\_\_\_\_

Institución: PROGRAMA AURORA – MINISTERIO DE LA MUJER Y POBLACIONES VULNERABLES \_\_\_\_\_

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento de evaluación denominada CUESTIONARIO DE USO DE INTERNET

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DEFICIENTE	BUENO	EXCELENTE
<b>Suficiencia de los Ítems</b> (Los ítems que pertenecen a una misma dimensión bastan para obtener la medición de ésta).			X
<b>Relevancia</b> (El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido).			X
<b>Coherencia</b> (El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo).		X	
<b>Claridad de los ítems</b> (El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas).		X	

Fecha: 15 DE MARZO DEL 2021



**Lic. Gloria Medrano Sánchez**  
PSICOLOGA - PSICOTERAPEUTA  
C. Ps. P. N° 21505



## CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Nombre y apellidos del Juez: NADEZHDA MICAELA VICENTE HURTADO

Formación académica: LIC. EN PSICOLOGÍA

Áreas de experiencia laboral: EDUCATIVA, CLINICA COMUNITARIA Y ORGANIZACIONAL

Tiempo: 6 AÑOS

Cargo actual: ESPECIALISTA EN SALUD MENTAL

Institución: INFOSALUD-MINSA

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento de evaluación denominada CUESTIONARIO DE USO DE INTERNET

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DEFICIENTE	BUENO	EXCELENTE
<b>Suficiencia de los ítems</b> (Los ítems que pertenecen a una misma dimensión bastan para obtener la medición de ésta).			X
<b>Relevancia</b> (El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido).			X
<b>Coherencia</b> (El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo).			X
<b>Claridad de los ítems</b> (El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas).			X

Fecha: 15 de marzo 2021



Sello y Firma  
DNI n°10598378

## CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Nombre y apellidos del Juez: NADEZHDA MICAELA VICENTE HURTADO

Formación académica: LIC. EN PSICOLOGÍA

Áreas de experiencia laboral: EDUCATIVA, CLINICA COMUNITARIA Y ORGANIZACIONAL

Tiempo: 6 AÑOS

Cargo actual: ESPECIALISTA EN SALUD MENTAL

Institución: INFOSALUD-MINSA

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento de evaluación denominada INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DEFICIENTE	BUENO	EXCELENTE
<b>Suficiencia de los ítems</b> (Los ítems que pertenecen a una misma dimensión bastan para obtener la medición de ésta).		X	
<b>Relevancia</b> (El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido).		X	
<b>Coherencia</b> (El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo).		X	
<b>Claridad de los ítems</b> (El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas).		X	

Fecha: 15 de marzo 2021



Sello y Firma  
DNI n°10598378

### CONSTANCIA DE VALIDACIÓN


Nombre y apellidos del Juez: WILLIAM BENJAMIN CHAVEZ VERA  
 Formación académica: PSICOLOGO CLINICO Y PSICOTERAPEUTA UN FEDERICO VILLAREAL  
 Áreas de experiencia laboral: HOSP. SAN JUAN DE DIOS / HOSP. DEL NIÑO / HOSP. NAC. SALUD MENTAL  
"VICTOR LARCO HERRERA" / PROFESOR. UNFU - UPSMA  
 Tiempo: 35 AÑOS Cargo actual: CESANTE  
 Institución: HOSP. NAC. SALUD MENTAL "VICTOR LARCO HERRERA"

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento de evaluación denominada INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DEFICIENTE	BUENO	EXCELENTE
<b>Suficiencia de los Ítems</b> (Los ítems que pertenecen a una misma dimensión bastan para obtener la medición de ésta).		X	
<b>Relevancia</b> (El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido).		X	
<b>Coherencia</b> (El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo).		X	
<b>Claridad de los ítems</b> (El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas).		X	

Fecha: 17 DE MARZO DEL 2021

  
 Dr. Williams Chávez Vera  
 Psicólogo Clínico  
 Psicoterapeuta  
 C.O.P. N° 140

Sello y Firma  
 DNI n° 07332868

### CONSTANCIA DE VALIDACIÓN


Nombre y apellidos del Juez: WILLIAMS BENJAMIN CHAVEZ VERA  
 Formación académica: PSICOLOGO CLINICO y PSICOTERAPEUTA UN FEDERICO VILLARREAL  
 Áreas de experiencia laboral: HOS. SAN JUAN DE DIOS DEL PALLAO, HOSP. DEL NIÑO, HOSP. NAR. SALUD MENTAL "VICTOR LARCO HERRERA" PROF. UNFU. y UPSM P.  
 Tiempo: 35 AÑOS Cargo actual: CESANTE - CONSULTA PRIVADA  
 Institución: HOSPITAL SALUD MENTAL VICTOR LARCO HERRERA

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento de evaluación denominada CUESTIONARIO DE USO DE INTERNET

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DEFICIENTE	BUENO	EXCELENTE
<b>Suficiencia de los ítems</b> (Los ítems que pertenecen a una misma dimensión bastan para obtener la medición de ésta).		X	
<b>Relevancia</b> (El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido).		X	
<b>Coherencia</b> (El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo).		X	
<b>Claridad de los ítems</b> (El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas).		X	

Fecha: 17 de Marzo del 2021

  
 Dr. Williams Chávez Vera  
 Psicólogo Clínico  
 Psicoterapeuta  
 CPs.P. N° 1406°

Sello y Firma  
 DNI n° 073.32868

## ESTADÍSTICA DE CONFIABILIDAD

### Confiabilidad del Inventario de Estrés Académico

#### Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	14	100,0
	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	14	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

#### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,925	14

Se obtuvo un valor alfa de ,925 lo que indica que tiene excelente confiabilidad.

### Confiabilidad del Cuestionario de Uso de Internet

#### Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	14	100,0
	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	14	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

#### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,861	2

Se obtuvo un valor alfa de ,861 lo que indica que tiene alta confiabilidad.

## CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE INVESTIGACION



“AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA”



**LA DIRECTORA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA “SAN FRANCISCO “ DEL DISTRITO DE COCAS, JURISDICCION DE LA UNIDAD DE GESTION EDUCATIVA LOCAL DE CASTROVIRREYNA Y REGION HUANCVELICA**

**OTORGA LA PRESENTE :**

### CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE INVESTIGACIÓN

A las bachilleres **Lorena Alejandra Benavides Manrique** y **Erika Esmeralda Hurtado SUAREZ** ejecutaron la investigación titulada: **“ESTRÉS ACADEMICO Y USO DEL INTERNET DE LOS ADOLESCENTES DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA, 2021”**.

Se expide la presente a solicitud de las partes interesadas

Cocas, 29 de setiembre del 2021



*Pilar J. Alejos Cármon*  
Lic. Pilar J. Alejos Cármon  
DIRECTORA (e)

## Base de datos

	GENERO	AÑO	ESTRES AC	ESTRES ORES	SINTOMAS	ESTRATEGIAS	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	ES1	ES2	ES3	ES4	
1	Hombre	5to	,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	4,00	1,00	3,00	3,00	3,00	2,00	2,00	3,00	
2	Hombre	4to	,00	1,00	1,00	1,00	1,00	2,00	2,00	2,00	2,00	1,00	2,00	2,00	2,00	5,00	2,00	
3	Hombre	4to	,00	1,00	,00	1,00	1,00	1,00	1,00	2,00	1,00	1,00	2,00	2,00	1,00	3,00	4,00	
4	Mujer	4to	,00	1,00	,00	,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	2,00	3,00	3,00	2,00	1,00	
5	Mujer	4to	,00	1,00	1,00	1,00	3,00	2,00	3,00	2,00	2,00	2,00	3,00	3,00	2,00	2,00	3,00	
6	Mujer	4to	,00	1,00	,00	1,00	1,00	1,00	1,00	2,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	2,00	2,00	
7	Hombre	2do	,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	2,00	2,00	1,00	2,00	3,00	4,00	4,00	4,00	2,00	
8	Mujer	3ro	,00	2,00	1,00	1,00	3,00	3,00	2,00	3,00	4,00	3,00	2,00	4,00	4,00	3,00	3,00	
9	Hombre	2do	,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	2,00	2,00	1,00	2,00	3,00	4,00	4,00	4,00	2,00	
10	Mujer	3ro	,00	2,00	1,00	1,00	3,00	3,00	2,00	3,00	4,00	3,00	2,00	4,00	4,00	3,00	3,00	
11	Mujer	2do	2,00	2,00	2,00	1,00	3,00	4,00	4,00	3,00	4,00	4,00	4,00	5,00	4,00	3,00	4,00	
12	Mujer	5to	2,00	1,00	1,00	1,00	3,00	3,00	3,00	2,00	3,00	3,00	2,00	2,00	3,00	3,00	3,00	
13	Hombre	4to	2,00	1,00	1,00	1,00	3,00	4,00	2,00	2,00	1,00	3,00	3,00	3,00	3,00	4,00	4,00	
14	Hombre	4to	2,00	1,00	1,00	1,00	3,00	3,00	2,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	3,00	
15	Mujer	2do	2,00	1,00	1,00	1,00	3,00	2,00	1,00	1,00	2,00	2,00	1,00	2,00	3,00	3,00	2,00	
16	Hombre	4to	2,00	2,00	1,00	1,00	2,00	2,00	1,00	1,00	2,00	2,00	2,00	4,00	3,00	4,00	3,00	
17	Mujer	4to	2,00	2,00	1,00	1,00	2,00	4,00	1,00	1,00	2,00	1,00	1,00	3,00	3,00	5,00	3,00	
18	Hombre	3ro	3,00	2,00	2,00	2,00	5,00	4,00	4,00	4,00	3,00	4,00	1,00	4,00	3,00	3,00	4,00	
19	Hombre	5to	1,00	,00	,00	,00	1,00	1,00	1,00	2,00	1,00	1,00	1,00	2,00	1,00	1,00	1,00	
20	Mujer	4to	3,00	2,00	2,00	1,00	5,00	4,00	3,00	5,00	5,00	5,00	2,00	4,00	2,00	4,00	4,00	
21	Mujer	4to	3,00	2,00	,00	2,00	2,00	2,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	4,00	4,00	4,00	1,00	
22	Mujer	5to	3,00	2,00	1,00	2,00	4,00	3,00	3,00	3,00	4,00	3,00	3,00	4,00	4,00	4,00	3,00	
23	Mujer	2do	3,00	2,00	2,00	2,00	5,00	5,00	5,00	5,00	3,00	5,00	5,00	4,00	5,00	5,00	5,00	
24	Hombre	1ro	3,00	1,00	1,00	2,00	4,00	3,00	3,00	3,00	4,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	
25	Hombre	4to	2,00	1,00	1,00	1,00	3,00	2,00	2,00	3,00	4,00	3,00	3,00	3,00	4,00	3,00	3,00	
26	Mujer	1ro	2,00	1,00	,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	2,00	2,00	1,00	3,00	3,00	4,00	3,00	

	GENERO	AÑO	ESTRES AC	ESTRES ORES	SINTOMAS	ESTRATEGIAS	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	ES1	ES2	ES3	ES4
28	Hombre	5to	2.00	1.00	.00	.00	2.00	2.00	2.00	1.00	2.00	1.00	1.00	1.00	2.00	3.00	2.00
29	Hombre	1ro	2.00	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00	3.00	1.00	2.00	3.00	2.00	2.00	2.00	2.00	3.00
30	Mujer	1ro	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	3.00	1.00	2.00	3.00	2.00	1.00	2.00	3.00	4.00	2.00
31	Mujer	1ro	2.00	1.00	1.00	1.00	3.00	2.00	1.00	1.00	2.00	4.00	1.00	4.00	4.00	4.00	3.00
32	Hombre	1ro	2.00	1.00	1.00	1.00	3.00	3.00	1.00	1.00	2.00	2.00	2.00	1.00	2.00	3.00	2.00
33	Mujer	1ro	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00	3.00	2.00	3.00	2.00	1.00	3.00	2.00	2.00	2.00	2.00
34	Mujer	1ro	2.00	1.00	.00	1.00	3.00	1.00	2.00	1.00	2.00	1.00	1.00	2.00	4.00	4.00	3.00
35	Mujer	5to	3.00	2.00	.00	2.00	3.00	2.00	2.00	1.00	1.00	1.00	1.00	5.00	4.00	4.00	4.00
36	Mujer	5to	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00	4.00	1.00	1.00	2.00	2.00	2.00	3.00	2.00	2.00	3.00
37	Mujer	5to	2.00	1.00	1.00	1.00	3.00	2.00	1.00	1.00	2.00	2.00	1.00	3.00	4.00	5.00	3.00
38	Mujer	5to	2.00	1.00	.00	2.00	1.00	2.00	1.00	1.00	1.00	2.00	1.00	3.00	3.00	3.00	3.00
39	Hombre	5to	1.00	1.00	.00	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00	1.00	1.00	2.00	3.00	3.00	2.00	3.00
40	Mujer	5to	1.00	1.00	.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00	1.00	1.00	3.00	3.00	3.00	2.00
41	Mujer	5to	2.00	1.00	.00	1.00	2.00	2.00	1.00	1.00	1.00	2.00	2.00	3.00	3.00	2.00	3.00
42	Hombre	5to	1.00	1.00	.00	1.00	1.00	2.00	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00	4.00	3.00	4.00	3.00
43	Mujer	5to	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00	3.00	2.00	1.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	1.00	2.00
44	Mujer	4to	1.00	1.00	.00	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00	1.00	1.00	1.00	2.00	3.00	1.00	2.00
45	Mujer	4to	1.00	1.00	.00	1.00	2.00	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00	1.00	3.00	3.00	2.00	3.00
46	Hombre	3ro	2.00	1.00	.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00	1.00	2.00	2.00	3.00
47	Hombre	3ro	1.00	1.00	.00	.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	3.00	3.00	3.00
48	Hombre	3ro	1.00	1.00	.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00	2.00
49	Hombre	3ro	1.00	1.00	.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	4.00	3.00	3.00	3.00
50	Mujer	3ro	1.00	1.00	.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00	4.00	2.00	4.00
51	Hombre	3ro	2.00	1.00	.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00	2.00	1.00	1.00
52	Mujer	3ro	1.00	.00	.00	.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00
53	Hombre	4to	1.00	.00	.00	.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	2.00	1.00	1.00	1.00



	GENERO	AÑO	ESTRES AC	ESTRES ORES	SINTOMAS	ESTRATEGIAS	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	ES1	ES2	ES3	ES4
55	Hombre	4to	1,00	,00	,00	,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00
56	Hombre	4to	1,00	1,00	,00	1,00	2,00	2,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	3,00	4,00	3,00
57	Mujer	4to	1,00	,00	,00	1,00	1,00	1,00	1,00	2,00	2,00	1,00	1,00	2,00	1,00	1,00	1,00
58	Hombre	4to	1,00	,00	,00	,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00
59	Hombre	5to	2,00	2,00	,00	1,00	2,00	2,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	3,00	4,00	4,00
60	Mujer	2do	3,00	2,00	2,00	2,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00
61	Mujer	2do	2,00	1,00	2,00	2,00	5,00	2,00	4,00	4,00	4,00	3,00	3,00	2,00	3,00	2,00	2,00
62	Mujer	2do	2,00	1,00	1,00	1,00	2,00	3,00	2,00	2,00	2,00	2,00	1,00	4,00	2,00	4,00	3,00
63	Mujer	2do	2,00	1,00	1,00	1,00	2,00	3,00	2,00	2,00	2,00	2,00	1,00	4,00	3,00	4,00	3,00
64	Mujer	2do	2,00	1,00	,00	1,00	3,00	2,00	1,00	1,00	2,00	1,00	1,00	2,00	3,00	2,00	2,00
65	Hombre	2do	1,00	,00	1,00	1,00	3,00	3,00	1,00	1,00	2,00	1,00	1,00	2,00	1,00	1,00	2,00
66	Hombre	2do	2,00	1,00	1,00	1,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00
67	Hombre	2do	2,00	1,00	1,00	1,00	3,00	3,00	3,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00
68	Mujer	5to	3,00	1,00	2,00	1,00	5,00	4,00	4,00	4,00	5,00	5,00	5,00	3,00	3,00	3,00	3,00
69	Mujer	2do	2,00	1,00	2,00	2,00	5,00	2,00	4,00	4,00	4,00	3,00	3,00	2,00	3,00	2,00	2,00
70	Mujer	2do	2,00	1,00	1,00	1,00	2,00	3,00	2,00	2,00	2,00	2,00	1,00	4,00	2,00	4,00	3,00
71	Mujer	2do	2,00	1,00	1,00	1,00	2,00	3,00	2,00	2,00	2,00	2,00	1,00	4,00	3,00	4,00	3,00
72	Mujer	2do	2,00	1,00	,00	1,00	3,00	2,00	1,00	1,00	2,00	1,00	1,00	2,00	3,00	2,00	2,00
73	Hombre	2do	1,00	,00	1,00	1,00	3,00	3,00	1,00	1,00	2,00	1,00	1,00	2,00	1,00	1,00	2,00
74	Hombre	2do	2,00	1,00	1,00	1,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00
75	Hombre	2do	2,00	1,00	1,00	1,00	3,00	3,00	3,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00
76	Mujer	5to	3,00	1,00	2,00	1,00	5,00	4,00	4,00	4,00	5,00	5,00	5,00	3,00	3,00	3,00	3,00
77	Mujer	4to	1,00	1,00	,00	1,00	2,00	1,00	1,00	1,00	1,00	2,00	1,00	3,00	3,00	2,00	3,00
78	Hombre	1ro	3,00	1,00	1,00	2,00	4,00	3,00	3,00	3,00	4,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00
79																	
80																	