



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

INFORME DE INVESTIGACIÓN SOBRE:

**“EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON ESTRATEGIAS DE  
AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES EN EL CONTEXTO DE  
EDUCACIÓN VIRTUAL”**

Requisito previo para optar por el Título de Psicóloga Clínica

**Modalidad:** Artículo Científico

**Autora:** Sánchez Espinosa, Jessica Estefania.

**Tutora:** Ps. Inf. Mg. Lara Salazar, Cristina Mariela.

**Ambato – Ecuador**

Marzo 2022.

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

En calidad de Tutora del Artículo Científico sobre el tema: **“EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES EN EL CONTEXTO DE EDUCACIÓN VIRTUAL”** desarrollado por Sánchez Espinosa Jessica Estefania, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica, considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la evaluación del jurado examinador designado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, marzo de 2022.

### **LA TUTORA**



Firmado electrónicamente por:

**CRISTINA  
MARIELA LARA  
SALAZAR**

.....

Ps. Inf. Mg. Lara Salazar, Cristina Mariela.

## **AUTORÍA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

Los criterios emitidos en el presente Artículo Científico: **“EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES EN EL CONTEXTO DE EDUCACIÓN VIRTUAL”** como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuestas son de responsabilidad de mi persona, como autora de este trabajo de titulación.

Ambato, marzo de 2022

### **LA AUTORA**



.....  
Sánchez Espinosa, Jessica Estefania

## **DERECHOS DE AUTOR**

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo Científico o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo Científico a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, marzo 2022

## **LA AUTORA**



.....  
Sánchez Espinosa, Jessica Estefania

## **APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR**

Los miembros del Jurado Examinador aprueban el Proyecto de Investigación sobre el tema: **“EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES EN EL CONTEXTO DE EDUCACIÓN VIRTUAL”** de Jessica Estefania Sánchez Espinosa, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica.

Ambato, marzo de 2022

Para constancia firman:

.....

Presidente

.....

1er Vocal

.....

2do Vocal

## CARTA DE ACEPTACIÓN



La revista Ocronos (ISSN: 2603-8358 - depósito legal CA-27-2019) representada por el Dr. López González, Director Editorial, certifica que:

D./D<sup>a</sup> Jessica Sánchez Espinosa 0503281495

ha publicado, con puesto de autoría nº 1, el trabajo titulado:

**El estrés académico y su relación con estrategias de afrontamiento en adolescentes en el contexto de educación virtual**

incluido en el Volumen V. Núm. 1 (Enero 2022) - Pág. Inicial: 119

<https://revistamedica.com/estres-academico-educacion-virtual>

Y para que así conste, se expide la presente certificación en Cádiz, a 24 de enero de 2022

Fdo. Dr. López González  
Director Editorial

[Revista Ocronos \(ocronos.com\)](http://Revista Ocronos (ocronos.com))

Revista incluida en el Catálogo de la Biblioteca Nacional de España y en el index DULCINEA, del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC)

**NOTA:** La revisión de originales de la Revista Ocronos se realiza mediante peer review (revisión por pares)

## **DEDICATORIA**

*Con todo mi amor y de manera muy especial dedico este artículo científico a la mujer que me dio la vida, María del Carmen, que, a pesar de nuestra distancia física, es mi impulso para cumplir cada uno de mis sueños, estoy segura que este momento hubiera sido tan especial para ella como lo es para mí. A ti te debo todo lo que soy.*

*A mi abuelita Rosario, que se convirtió en mi madre; por ser el pilar mas importante de mi vida y mi apoyo incondicional.*

*A Franciss, mi prima que se convirtió en mi hermana, por estar en cada momento de mi vida, por animarme y confiar siempre en mí y en mi capacidad de lograr cosas extraordinarias.*

*A mi familia, porque me brindan su apoyo y tiempo de manera incondicional.*

*A la Comunidad “Foyer de Charité”, por ser el apoyo espiritual que mi vida necesita y el refugio de mi corazón.*

*A mis queridos amigos, quienes siempre me hacen sentir que puedo cumplir todos mis sueños.*

*A todas las personas que están en mi vida, por creer en mí y en todo lo que pudo lograr...*

## **AGRADECIMIENTO**

*Agradezco a Dios, por los detalles de amor que ha tenido con mi vida y mi vocación.*

*A mi abuelita, mi hermana, mis tíos, mis primos y toda mi familia, por confiar en mí y acompañarme en cada paso de mi crecimiento profesional y personal.*

*A la Universidad Técnica de Ambato y a todos los docentes de la Carrera de Psicología Clínica por sus enseñanzas, oportunidades y conocimientos para mi desarrollo profesional y personal, de manera especial a mi tutora la Ps. Inf. Mariela Lara, por sus valiosos conocimientos y por ser mi compañía durante este proceso de titulación.*

*A ti Jessi, gracias por ser valiente y no rendirte.*

# EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES EN EL CONTEXTO DE EDUCACIÓN VIRTUAL.

## RESUMEN

**Introducción:** en la actualidad debido a la pandemia la educación presencial se ha transformado en educación en línea, provocando el incremento de estrés académico que afecta significativamente el desarrollo habitual de los estudiantes, por lo cual el estudiante emplea estrategias de afrontamiento dependiendo de experiencias previas o según crea necesarias. **Objetivo:** analizar la relación entre el nivel de estrés académico en la educación virtual y estrategias de afrontamiento en adolescentes. **Métodos:** investigación de enfoque cuantitativo de tipo correlacional con corte transversal, no experimental realizada en una Unidad Educativa con una muestra de 110 estudiantes adolescentes de Bachillerato General Unificado, para la recolección de datos se usó el Inventario de estrés académico SISCO y la escala de afrontamiento para adolescentes (ACS). **Resultados:** se halló una correlación negativa entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento, así mismo el 69,1% de la población padecen estrés académico moderado; refiriéndonos al género se comprobó que las mujeres están más expuestas a padecerlo con una media de 9,307 más que los hombres; además se evidenció que la mayoría de los estudiantes utilizan niveles promedios de estrategias de afrontamiento siendo así que las mujeres son quienes las emplean en mayor cantidad. **Conclusiones:** Los adolescentes con menor uso de estrategias de afrontamiento son más propensos a padecer estrés académico, las estrategias empleadas por los participantes son: resolución de conflictos, relación con otros y de afrontamiento improductivo.

**PALABRAS CLAVES:** ESTRÉS ACADÉMICO, AFRONTAMIENTO, ESTUDIANTES, SISCO, ESTRÉS

**ACADEMIC STRESS AND ITS RELATIONSHIP WITH COPING  
STRATEGIES IN ADOLESCENTS IN THE CONTEXT OF VIRTUAL  
EDUCATION.**

**SUMMARY**

Introduction: currently, due to the pandemic, face-to-face education has been transformed into online education, causing an increase in academic stress that significantly affects the students' usual development, for which the student employs coping strategies depending on previous experiences or as he/she deems necessary. Objective: to analyze the relationship between the level of academic stress in virtual education and coping strategies in adolescents. Methods: a quantitative correlational, cross-sectional, non-experimental research conducted in an Educational Unit with a sample of 110 adolescent students of the Unified General High School, using the SISCO Academic Stress Inventory and the Adolescent Coping Scale (ACS) for data collection. Results: a negative correlation was found between academic stress and coping strategies, likewise 69.1% of the population suffer from moderate academic stress; referring to gender it was found that women are more exposed to suffer from it with an average of 9.307 more than men; it was also evidenced that most students use average levels of coping strategies being so that women are the ones who use them in greater quantity. Conclusions: Adolescents with lower use of coping strategies are more prone to academic stress, the strategies employed by the participants are: conflict resolution, relationship with others and unproductive coping.

**KEYWORDS:** ACADEMIC STRESS, COPING, STUDENTS, SISCO, STRESS.

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el estrés forma parte de un problema a nivel de salud pública, se atribuye a que las personas están en constante exposición a situaciones estresantes. Los estudiantes están bajo una serie de eventos emocionales, personales o laborales, que demandan recursos físicos y psicológicos, durante el proceso de aprendizaje, por lo que, cuando visualizan a las actividades académicas como amenazadoras entra en riesgo el bienestar sistémico y de esta manera se produce el estrés académico. (1,2)

Dentro de América, varios estudios ratifican lo dicho anteriormente, tal es el caso que tanto en la Universidad de A Coruña se determinó que los estudiantes experimentaban un nivel alto de estrés durante los exámenes en relación a las calificaciones bajas, como también en la Universidad de Santiago de Chile se pudo evidenciar que la sobrecarga de trabajo es un factor predominante de estrés. De la misma manera en la Universidad Loyola se pudo verificar que, de 291 estudiantes, el 98,3% presentó estrés académico, un 88,81% de esta población tienen estrés más alto. (3,6)

Se identificó que en consideración al género las mujeres han presentado mayor situaciones de estrés académico que los hombres, con un 96.1% y 88.2% respectivamente. Ratificando lo anterior, existen estudios en donde se señalan que evidentemente el género femenino posee un nivel más alto de estrés en el ámbito educativo que el masculino, aunque no sea un valor significativo, es importante mencionarlo. (7,8)

En la identificación de estresores se observó que el nivel de la dimensión de estos fue moderado en un 41,5% según el baremo del inventario de SISCO. Se pudo ver que las situaciones que más generan estrés académico son las evaluaciones con un valor de 67,4% siendo esto Profundo y la sobrecarga de deberes quedó en segundo lugar en la categoría de moderado con un 63,4%. Además, en la adaptación del SISCO en el contexto de COVID-19 se evidenció que la falta algún dispositivo tecnológico en casa, el déficit de señal de internet, se identificaron también como estresores. (6,9,10)

Se vislumbró que de entre los síntomas causados por estos estresores en los estudiantes se encuentran el agotamiento físico, las alteraciones del sueño, pensamientos negativos, falta de motivación y agitación física. (11,12,13)

Cuando un estudiante está inmerso en estos estresores va a desarrollar estrategias de afrontamiento. Lazarus y Folkman en 1984 acuñan el termino afrontamiento para referirse a los recursos que la persona usa para reducir el efecto de algún estresor. Estas son un conjunto de técnicas cognitivas y conductuales. (14,15)

En referencia a las estrategias de afrontamiento, se corroboró que existe mayor repercusión de los jóvenes en las estrategias de búsqueda de apoyo social, resolución de problemas y ayuda espiritual. De la misma manera, en colegios de Ecuador, se determinó que los adolescentes más jóvenes usan menos el apoyo social, preocupación, hablar con amigos íntimos, recuperar lo positivo de las situaciones o realizar actividades relajantes en comparativa con la búsqueda de apoyo emocional, además en otro estudio la estrategia de resolución de problemas va en aumento con la edad. (14,16,18)

En lo que corresponde al género existe una diferencia en cuanto a las estrategias empleadas por hombres o mujeres, tal como una comparación de genero de varios estudios se comprobó que las mujeres usan la estrategia de acción social de forma estable mientras que en los hombres el uso desciende de forma paulatina, de la misma manera en

otro estudio en adolescentes de 12 a 17 años, en situaciones de estrés se obtuvo que los hombres emplean en mayor cantidad estrategias de tipo no productivo, mientras que las mujeres recurren más al apoyo social. (3,19)

En el mismo sentido se destacan estudios que demuestran que hay una similitud en el empleo de las estrategias de afrontamiento en la cultura asiática, tal como lo menciona Park & Kim en 2018, señalan el uso de las creencias religiosas, realizar actividades de ocio o realizar actividad física. (20)

Por lo expuesto anteriormente el objetivo general de esta investigación es analizar la relación entre el nivel de estrés académico en la educación virtual y estrategias de afrontamiento en adolescentes y los objetivos específicos son: determinar el nivel de estrés académico que existe en adolescentes en el contexto de educación virtual, identificar las estrategias de afrontamiento presentes en adolescentes en el contexto de educación virtual y comparar los niveles de estrés académico y estrategias de afrontamiento según el género.

## **MÉTODO**

### **Diseño y tipo de estudio**

Estudio correlacional con enfoque cuantitativo de corte transversal, no experimental.

### **Participantes**

110 estudiantes de bachillerato general unificado de la U.E “Victoria Vásquez Cuví” de la ciudad de Latacunga-Ecuador que recibieron educación virtual, de los cuales fueron 85 mujeres (73,3%) y 25 hombres (22,7%) en edades de entre 14 y 17 años de edad. La selección de los participantes fue a través de los criterios de inclusión: a) adolescentes hombres y mujeres; b) mínimo un año en educación virtual y los criterios de exclusión: estudiantes diagnosticados de trastorno del humor y/o trastornos neuróticos, secundarios a situaciones estresantes y somatomorfos.

### **Instrumentos**

Como técnica de recolección de datos para medir el nivel de estrés académico se utilizó el Inventario de estrés académico SISCO, con confiabilidad (alfa de Cronbach) de .87 y .90 (21). Este instrumento se evalúa con la escala de tipo Likert: 1 (Nunca), 2 (Rara vez), 3 (Algunas veces), 4 (Casi siempre) 5 (Siempre), y consta de 2 dimensiones que son: estresores y síntomas o reacciones físicas, psicológicas y comportamentales, identificando de esta manera el nivel de intensidad de estrés académico (leve, moderado o grave).

Para establecer el uso de estrategias de afrontamiento se empleó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS), que presenta una confiabilidad (alfa de Cronbach) de .49 y .82 (22), este reactivo consta de 79 ítems con escala de tipo Likert: 1 (Nunca lo hago), 2 (Lo hago raras veces), 3 (Lo hago algunas veces), 4 (Lo hago a menudo), 5 (Lo hago con mucha frecuencia). Por lo que arroja 18 puntuaciones de 0 a 100 en las diferentes áreas de afrontamiento (Buscar apoyo social, Concentrarse en resolver el problema, Esforzarse y tener éxito, Preocuparse, Invertir en amigos íntimos, Buscar pertenencia, Hacerse ilusiones, Falta de afrontamiento, Reducción de la tensión,

Acción social, Ignorar el problema, Autoinculparse, Reservarlo para sí, Buscar apoyo espiritual, Fijarse en lo positivo, Buscar ayuda profesional, Buscar diversiones relajantes y Distracción física), y las puntuaciones más relevantes son las superiores a 75.

### Procedimiento

Inicialmente se realizó un contacto con las autoridades y docentes de la institución, posterior a esto con los estudiantes en donde se realizó una inducción y aceptación del consentimiento informado de forma grupal. Los participantes respondieron a los reactivos psicológicos de una manera guiada a través de la plataforma Zoom. Se les comunicó sobre la confidencialidad, los reactivos psicológicos se aplicaron de forma anónima. Finalmente se procesaron los datos en el software SPSS versión 25.0.

### RESULTADOS

En la tabla 1 se aplicó la prueba de correlación de Spearman encontrando que existe relación entre las puntuaciones de SISCO Estrés Académico y Estrategias de Afrontamiento para Adolescente (ACS): Apoyo social AS (Rho=0,191;  $p<0,05$ ), Concentrarse en resolver problemas RP (Rho=0,278;  $p<0,05$ ), Esforzarse y tener éxito ES (Rho=0,264;  $p<0,05$ ), Preocuparse PR (Rho=0,470;  $p<0,05$ ), Buscar pertenencia PE (Rho=0,297;  $p<0,05$ ), Hacerse ilusiones HI (Rho=0,354;  $p<0,05$ ), Falta de afrontamiento NA (Rho=0,511;  $p<0,05$ ), Reducción de la tensión RT (Rho=0,574;  $p<0,05$ ), Ignorar el problema IP (Rho=0,262;  $p<0,05$ ), Autoinculparse CU (Rho=0,535;  $p<0,05$ ), Reservarlo para sí RE (Rho=0,467;  $p<0,05$ ), Fijarse en lo positivo PO (Rho=0,198;  $p<0,05$ ) y Buscar diversiones relajantes DR (Rho=0,205;  $p<0,05$ ).

**Tabla 1.** Relación entre el nivel de estrés académico y estrategias de afrontamiento.

| Pruebas de normalidad                     |                                 |     |       |              |     |      |
|---|---------------------------------|-----|-------|--------------|-----|------|
|   | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |     |       | Shapiro-Wilk |     |      |
|   | Estadístico                     | gl  | Sig.  | Estadístico  | gl  | Sig. |
| <b>Porcentaje SISCO</b>                   | ,071                            | 110 | ,200* | ,978         | 110 | ,067 |
| <b>Buscar Apoyo Social</b>                | ,088                            | 110 | ,035  | ,970         | 110 | ,014 |
| <b>Concentrarse en resolver problemas</b> | ,120                            | 110 | ,000  | ,977         | 110 | ,050 |
| <b>Esforzarse y tener éxito</b>           | ,101                            | 110 | ,008  | ,962         | 110 | ,003 |

|  |      |     |      |      |     |      |
|--|------|-----|------|------|-----|------|
| <b>Preocuparse</b>   | ,088 | 110 | ,035 | ,970 | 110 | ,013 |
| <b>Invertir en amigos íntimos</b>                            | ,109 | 110 | ,003 | ,956 | 110 | ,001 |
| <b>Buscar pertenencia</b>                                    | ,092 | 110 | ,023 | ,980 | 110 | ,104 |
| <b>Hacerse ilusiones</b>                                     | ,107 | 110 | ,003 | ,975 | 110 | ,037 |
| <b>Estrategia Falta de afrontamiento</b>                     | ,073 | 110 | ,188 | ,973 | 110 | ,024 |
| <b>Reducción de la tensión</b>                               | ,097 | 110 | ,012 | ,960 | 110 | ,002 |
| <b>Acción social</b>   | ,161 | 110 | ,000 | ,911 | 110 | ,000 |
| <b>Ignorar el problema</b>                                   | ,106 | 110 | ,004 | ,953 | 110 | ,001 |
| <b>Autoinculparse</b>  | ,078 | 110 | ,097 | ,972 | 110 | ,022 |
| <b>Reservarlo para sí</b>                                    | ,097 | 110 | ,013 | ,950 | 110 | ,000 |
| <b>Buscar apoyo espiritual</b>                               | ,073 | 110 | ,199 | ,977 | 110 | ,053 |
| <b>Fijarse en lo positivo</b>                                | ,095 | 110 | ,016 | ,977 | 110 | ,059 |
| <b>Buscar ayuda profesional</b>                              | ,134 | 110 | ,000 | ,924 | 110 | ,000 |
| <b>Buscar diversiones relajantes</b>                         | ,088 | 110 | ,035 | ,971 | 110 | ,017 |
| <b>Distracción física</b>                                    | ,119 | 110 | ,001 | ,934 | 110 | ,000 |
| *. Esto es un límite inferior de la significación verdadera. |      |     |      |      |     |      |
| a. Corrección de significación de Lilliefors                 |      |     |      |      |     |      |
| <b>Correlaciones</b>   |      |     |      |      |     |      |

|                            |   |                                    | Porcentaje_SISCO |
|----------------------------|---|------------------------------------|------------------|
| <b>Rho de Spearman</b>     | <b>Buscar apoyo social</b>                  | <b>Coefficiente de correlación</b> | ,191*            |
|                            |   | <b>Sig. (bilateral)</b>            | 0,046            |
|                            |   | <b>N</b>                           | 110              |
|                            | <b>Concentrarse en resolver problemas</b>   | <b>Coefficiente de correlación</b> | ,278**           |
|                            |   | <b>Sig. (bilateral)</b>            | 0,003            |
|                            |   | <b>N</b>                           | 110              |
|                            | <b>Esforzarse y tener éxito</b>             | <b>Coefficiente de correlación</b> | ,264**           |
|                            |   | <b>Sig. (bilateral)</b>            | 0,005            |
|                            |   | <b>N</b>                           | 110              |
|                            | <b>Preocuparse</b>                          | <b>Coefficiente de correlación</b> | ,470**           |
|                            |   | <b>Sig. (bilateral)</b>            | 0,000            |
|                            |   | <b>N</b>                           | 110              |
|                            | <b>Invertir en amigos íntimos</b>           | <b>Coefficiente de correlación</b> | 0,119            |
|                            |   | <b>Sig. (bilateral)</b>            | 0,216            |
|                            |   | <b>N</b>                           | 110              |
|                            | <b>Buscar pertenencia</b>                   | <b>Coefficiente de correlación</b> | ,297**           |
|                            |   | <b>Sig. (bilateral)</b>            | 0,002            |
|                            |   | <b>N</b>                           | 110              |
|                            | <b>Hacerse ilusiones</b>                    | <b>Coefficiente de correlación</b> | ,354**           |
|                            |   | <b>Sig. (bilateral)</b>            | 0,000            |
|                            |   | <b>N</b>                           | 110              |
|                            | <b>Estrategia de falta de afrontamiento</b> | <b>Coefficiente de correlación</b> | ,511**           |
|                            |   | <b>Sig. (bilateral)</b>            | 0,000            |
|                            |   | <b>N</b>                           | 110              |
|                            | <b>Reducción de la tensión</b>              | <b>Coefficiente de correlación</b> | ,574**           |
|                            |   | <b>Sig. (bilateral)</b>            | 0,000            |
|                            |   | <b>N</b>                           | 110              |
| <b>Acción social</b>       | <b>Coefficiente de correlación</b>          | 0,181                              |                  |
|                            | <b>Sig. (bilateral)</b>                     | 0,058                              |                  |
|                            | <b>N</b>                                    | 110                                |                  |
| <b>Ignorar el problema</b> | <b>Coefficiente de correlación</b>          | ,262**                             |                  |

|   |                                      |                                    |        |
|---|--------------------------------------|------------------------------------|--------|
|   |                                      | <b>Sig. (bilateral)</b>            | 0,006  |
|   |                                      | <b>N</b>                           | 110    |
|   | <b>Autoinculparse</b>                | <b>Coefficiente de correlación</b> | ,535** |
|   |                                      | <b>Sig. (bilateral)</b>            | 0,000  |
|   |                                      | <b>N</b>                           | 110    |
|   | <b>Buscar apoyo espiritual</b>       | <b>Coefficiente de correlación</b> | 0,023  |
|   |                                      | <b>Sig. (bilateral)</b>            | 0,815  |
|   |                                      | <b>N</b>                           | 110    |
|   | <b>Reservarlo para sí</b>            | <b>Coefficiente de correlación</b> | ,467** |
|   |                                      | <b>Sig. (bilateral)</b>            | 0,000  |
|   |                                      | <b>N</b>                           | 110    |
|   | <b>Fijarse en lo positivo</b>        | <b>Coefficiente de correlación</b> | ,198*  |
|   |                                      | <b>Sig. (bilateral)</b>            | 0,038  |
|   |                                      | <b>N</b>                           | 110    |
|   | <b>Buscar ayuda profesional</b>      | <b>Coefficiente de correlación</b> | 0,082  |
|   |                                      | <b>Sig. (bilateral)</b>            | 0,393  |
|   |                                      | <b>N</b>                           | 110    |
|   | <b>Buscar diversiones relajantes</b> | <b>Coefficiente de correlación</b> | ,205*  |
|   |                                      | <b>Sig. (bilateral)</b>            | 0,032  |
|   |                                      | <b>N</b>                           | 110    |
|   | <b>Distracción física</b>            | <b>Coefficiente de correlación</b> | -0,082 |
|   |                                      | <b>Sig. (bilateral)</b>            | 0,394  |
|   |                                      | <b>N</b>                           | 110    |
| *. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).  |                                      |                                    |        |
| **. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral). |                                      |                                    |        |

Fuente: Relación entre estrés académico y estrategias de afrontamiento, datos obtenidos bajo los instrumentos aplicados por el investigador.

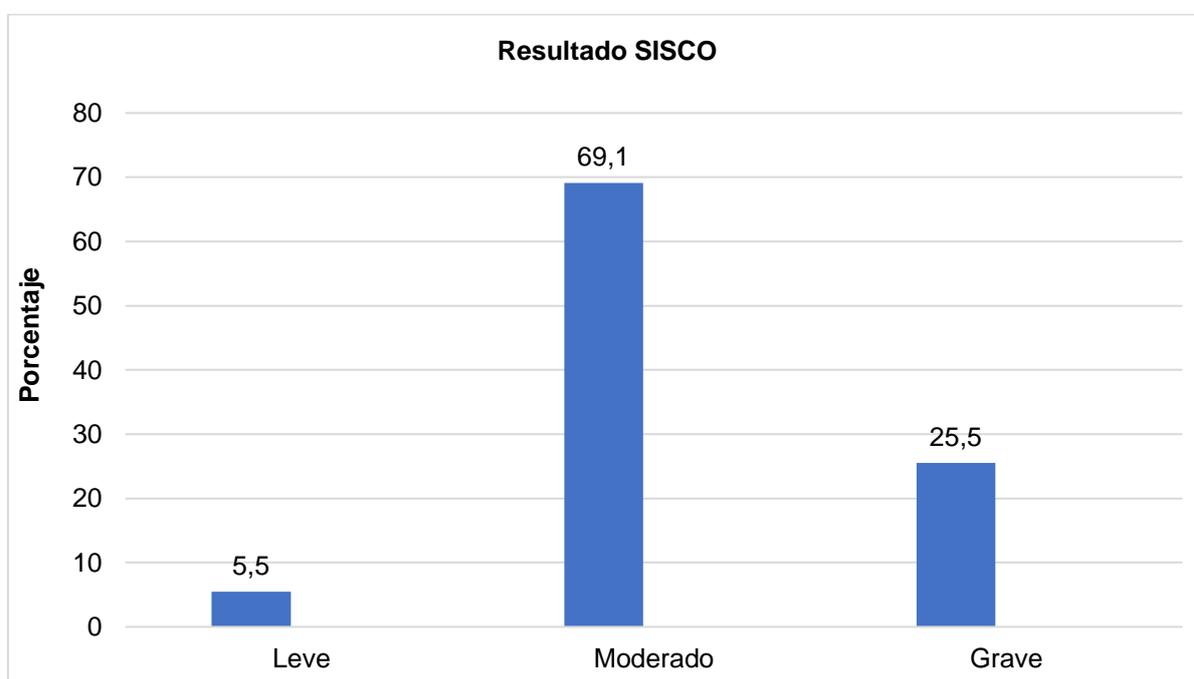
En la tabla 2 se identificó que los estudiantes adolescentes, objeto de este estudio, presentan un 69,1% de estrés académico moderado, el 25,5% grave y el 5,5% leve.

**Tabla 2.** Resultados SISCO

| <b>Resultado SISCO</b> |                 |                   |                   |                          |                             |
|------------------------|-----------------|-------------------|-------------------|--------------------------|-----------------------------|
|                        |                 | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> | <b>Porcentaje válido</b> | <b>Porcentaje acumulado</b> |
| <b>Válido</b>          | <b>Leve</b>     | 6                 | 5,5               | 5,5                      | 5,5                         |
|                        | <b>Moderado</b> | 76                | 69,1              | 69,1                     | 74,5                        |
|                        | <b>Grave</b>    | 28                | 25,5              | 25,5                     | 100,0                       |
|                        | <b>Total</b>    | 110               | 100,0             | 100,0                    |                             |

Fuente: Resultados SISCO, datos obtenidos bajo los instrumentos aplicados por el investigador.

**Grafico 1.** Resultados SISCO



Fuente: Resultados SISCO, datos obtenidos bajo los instrumentos aplicados por el investigador

En la tabla 3 se evidenció que de la población total las estrategias de afrontamiento son frecuentes en los estudiantes adolescentes de la siguiente manera: Apoyo social (AS) en un 11,8%; Concentrarse en resolver problemas (RP) un 21,8%; Esforzarse y tener éxito (ES) el 50,9%; Preocuparse (PR) un 46,4%; Invertir en amigos íntimos (AI) el 6,4%; Buscar pertenencia (PE) un 14,5%; Hacerse ilusiones (HI) el 13,6%; estrategia de falta de afrontamiento (NA) el 9,1%; Reducción de la tensión (RT) un 2,7%; Acción social (SO) no la usa ningún estudiante; Ignorar el problema (IP) un 6,4%; Autoinculparse (CU)

en un 31,8%; Reservarlo para sí (RE) en un 43,6%; apoyo espiritual (AE) el 18,2%; fijarse en lo positivo (PO) el 29,1%; buscar ayuda profesional (AP) únicamente el 6,4%; Buscar Diversiones relajantes (DR) el 43,6% y Distracciones físicas (FI) en un 36,4% de la población total.

**Tabla 3.** Resultados de la presencia de estrategias de afrontamiento.

| <b>Tabla de frecuencia</b>                     |              |                   |                   |                          |                             |
|--|--------------|-------------------|-------------------|--------------------------|-----------------------------|
| <b>Apoyo social (AS)</b>                       |              |                   |                   |                          |                             |
|  |              | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> | <b>Porcentaje válido</b> | <b>Porcentaje acumulado</b> |
| <b>Válido</b>                                  | <b>No</b>    | 97                | 88,2              | 88,2                     | 88,2                        |
|  | <b>Si</b>    | 13                | 11,8              | 11,8                     | 100,0                       |
|  | <b>Total</b> | 110               | 100,0             | 100,0                    |                             |
| <b>Concentrarse en resolver problemas (RP)</b> |              |                   |                   |                          |                             |
|  |              | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> | <b>Porcentaje válido</b> | <b>Porcentaje acumulado</b> |
| <b>Válido</b>                                  | <b>No</b>    | 86                | 78,2              | 78,2                     | 78,2                        |
|  | <b>Si</b>    | 24                | 21,8              | 21,8                     | 100,0                       |
|  | <b>Total</b> | 110               | 100,0             | 100,0                    |                             |
| <b>Esforzarse y tener éxito (ES)</b>           |              |                   |                   |                          |                             |
|  |              | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> | <b>Porcentaje válido</b> | <b>Porcentaje acumulado</b> |
| <b>Válido</b>                                  | <b>No</b>    | 54                | 49,1              | 49,1                     | 49,1                        |
|  | <b>Si</b>    | 56                | 50,9              | 50,9                     | 100,0                       |
|  | <b>Total</b> | 110               | 100,0             | 100,0                    |                             |
| <b>Preocuparse (PR)</b>                        |              |                   |                   |                          |                             |
|  |              | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> | <b>Porcentaje válido</b> | <b>Porcentaje acumulado</b> |
| <b>Válido</b>                                  | <b>No</b>    | 59                | 53,6              | 53,6                     | 53,6                        |

|  |              |                   |                   |                          |                             |
|--|--------------|-------------------|-------------------|--------------------------|-----------------------------|
|  | <b>Si</b>    | 51                | 46,4              | 46,4                     | 100,0                       |
|  | <b>Total</b> | 110               | 100,0             | 100,0                    |                             |
| <b>Invertir en amigos íntimos (AI)</b> |              |                   |                   |                          |                             |
|  |              | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> | <b>Porcentaje válido</b> | <b>Porcentaje acumulado</b> |
| <b>Válido</b>                          | <b>No</b>    | 103               | 93,6              | 93,6                     | 93,6                        |
|  | <b>Si</b>    | 7                 | 6,4               | 6,4                      | 100,0                       |
|  | <b>Total</b> | 110               | 100,0             | 100,0                    |                             |
| <b>Buscar pertenencia (PE)</b>         |              |                   |                   |                          |                             |
|  |              | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> | <b>Porcentaje válido</b> | <b>Porcentaje acumulado</b> |
| <b>Válido</b>                          | <b>No</b>    | 94                | 85,5              | 85,5                     | 85,5                        |
|  | <b>Si</b>    | 16                | 14,5              | 14,5                     | 100,0                       |
|  | <b>Total</b> | 110               | 100,0             | 100,0                    |                             |
| <b>Hacerse ilusiones (HI)</b>          |              |                   |                   |                          |                             |
|  |              | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> | <b>Porcentaje válido</b> | <b>Porcentaje acumulado</b> |
| <b>Válido</b>                          | <b>No</b>    | 95                | 86,4              | 86,4                     | 86,4                        |
|  | <b>Si</b>    | 15                | 13,6              | 13,6                     | 100,0                       |
|  | <b>Total</b> | 110               | 100,0             | 100,0                    |                             |
| <b>Falta de afrontamiento (NA)</b>     |              |                   |                   |                          |                             |
|  |              | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> | <b>Porcentaje válido</b> | <b>Porcentaje acumulado</b> |
| <b>Válido</b>                          | <b>No</b>    | 100               | 90,9              | 90,9                     | 90,9                        |
|  | <b>Si</b>    | 10                | 9,1               | 9,1                      | 100,0                       |
|  | <b>Total</b> | 110               | 100,0             | 100,0                    |                             |
| <b>Reducción de la tensión (RT)</b>    |              |                   |                   |                          |                             |

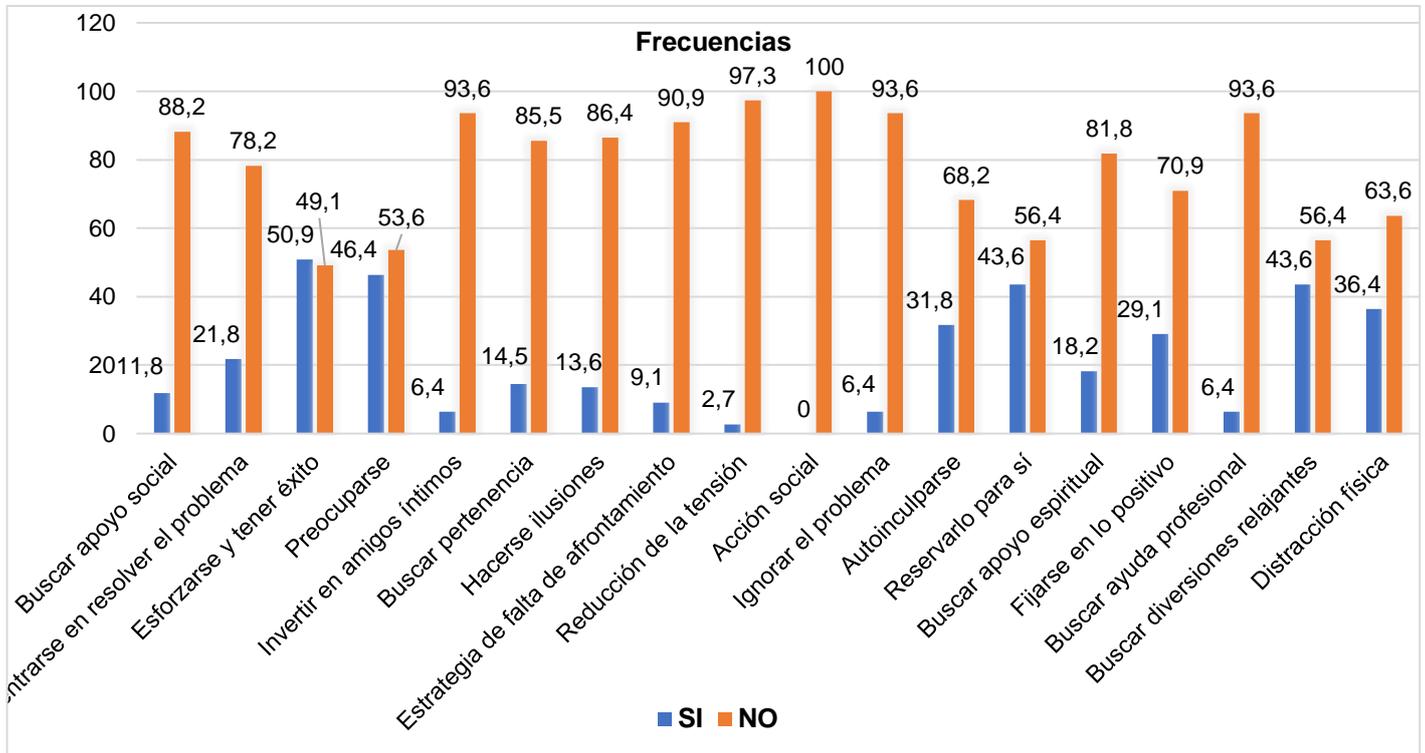
|                                     |              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-------------------------------------|--------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| <b>Válido</b>                       | <b>No</b>    | 107        | 97,3       | 97,3              | 97,3                 |
|                                     | <b>SI</b>    | 3          | 2,7        | 2,7               | 100,0                |
|                                     | <b>Total</b> | 110        | 100,0      | 100,0             |                      |
| <b>Acción social (SO)</b>           |              |            |            |                   |                      |
|                                     |              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
| <b>Válido</b>                       | <b>No</b>    | 110        | 100,0      | 100,0             | 100,0                |
| <b>Ignorar el problema (IP)</b>     |              |            |            |                   |                      |
|                                     |              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
| <b>Válido</b>                       | <b>No</b>    | 103        | 93,6       | 93,6              | 93,6                 |
|                                     | <b>Si</b>    | 7          | 6,4        | 6,4               | 100,0                |
|                                     | <b>Total</b> | 110        | 100,0      | 100,0             |                      |
| <b>Autoinculparse (CU)</b>          |              |            |            |                   |                      |
|                                     |              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
| <b>Válido</b>                       | <b>No</b>    | 75         | 68,2       | 68,2              | 68,2                 |
|                                     | <b>Si</b>    | 35         | 31,8       | 31,8              | 100,0                |
|                                     | <b>Total</b> | 110        | 100,0      | 100,0             |                      |
| <b>Reservarlo para sí (RE)</b>      |              |            |            |                   |                      |
|                                     |              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
| <b>Válido</b>                       | <b>No</b>    | 62         | 56,4       | 56,4              | 56,4                 |
|                                     | <b>Si</b>    | 48         | 43,6       | 43,6              | 100,0                |
|                                     | <b>Total</b> | 110        | 100,0      | 100,0             |                      |
| <b>Buscar apoyo espiritual (AE)</b> |              |            |            |                   |                      |

|   |              | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> | <b>Porcentaje válido</b> | <b>Porcentaje acumulado</b> |
|---|--------------|-------------------|-------------------|--------------------------|-----------------------------|
| <b>Válido</b>                             | <b>No</b>    | 90                | 81,8              | 81,8                     | 81,8                        |
|   | <b>Si</b>    | 20                | 18,2              | 18,2                     | 100,0                       |
|   | <b>Total</b> | 110               | 100,0             | 100,0                    |                             |
| <b>Fijarse en lo positivo (PO)</b>        |              |                   |                   |                          |                             |
|   |              | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> | <b>Porcentaje válido</b> | <b>Porcentaje acumulado</b> |
| <b>Válido</b>                             | <b>No</b>    | 78                | 70,9              | 70,9                     | 70,9                        |
|   | <b>Si</b>    | 32                | 29,1              | 29,1                     | 100,0                       |
|   | <b>Total</b> | 110               | 100,0             | 100,0                    |                             |
| <b>Buscar ayuda profesional (AP)</b>      |              |                   |                   |                          |                             |
|   |              | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> | <b>Porcentaje válido</b> | <b>Porcentaje acumulado</b> |
| <b>Válido</b>                             | <b>No</b>    | 103               | 93,6              | 93,6                     | 93,6                        |
|   | <b>Si</b>    | 7                 | 6,4               | 6,4                      | 100,0                       |
|   | <b>Total</b> | 110               | 100,0             | 100,0                    |                             |
| <b>Buscar diversiones relajantes (DR)</b> |              |                   |                   |                          |                             |
|   |              | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> | <b>Porcentaje válido</b> | <b>Porcentaje acumulado</b> |
| <b>Válido</b>                             | <b>No</b>    | 62                | 56,4              | 56,4                     | 56,4                        |
|   | <b>Si</b>    | 48                | 43,6              | 43,6                     | 100,0                       |
|   | <b>Total</b> | 110               | 100,0             | 100,0                    |                             |
| <b>Distracción física (FI)</b>            |              |                   |                   |                          |                             |
|   |              | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> | <b>Porcentaje válido</b> | <b>Porcentaje acumulado</b> |
| <b>Válido</b>                             | <b>No</b>    | 70                | 63,6              | 63,6                     | 63,6                        |
|   | <b>Si</b>    | 40                | 36,4              | 36,4                     | 100,0                       |

|  |              |     |       |       |  |
|--|--------------|-----|-------|-------|--|
|  | <b>Total</b> | 110 | 100,0 | 100,0 |  |
|--|--------------|-----|-------|-------|--|

Fuente: Resultados Estrategias de afrontamiento, datos obtenidos bajo los instrumentos aplicados por el investigador.

**Gráfico 2.** Presencia de las estrategias de afrontamiento en los adolescentes.



Fuente: Resultados Estrategias de afrontamiento, datos obtenidos bajo los instrumentos aplicados por el investigador.

En la tabla 4 se aplicó la prueba t de Student para comparar las medias entre hombres (M=50.70) y mujeres (M=60.01) en estrés académico, encontrando que esta diferencia si es estadísticamente significativa.  $t(108)=-3.460$   $p<0,05$ .

**Tabla 4.** Comparación de los niveles de estrés académico según el género.

| <b>Estadísticas de grupo</b>                     |   |                 |                 |                                    |                                       |
|--|---|-----------------|-----------------|------------------------------------|---------------------------------------|
|  | <b>Género</b>   | <b>N</b>        | <b>Media</b>    | <b>Desv. Desviación</b>            | <b>Desv. Error promedio</b>           |
| <b>Porcentaje SISCO</b>                          | <b>Hombre</b>   | 25              | 50,70           | 12,298                             | 2,460                                 |
|  | <b>Mujer</b>  | 85              | 60,01           | 11,686                             | 1,268                                 |
| <b>Prueba de muestras independientes</b>         |   |                 |                 |                                    |                                       |
|  |   |                 |                 | <b>Porcentaje SISCO</b>            |                                       |
|  |   |                 |                 | <b>Se asumen varianzas iguales</b> | <b>No se asumen varianzas iguales</b> |
| <b>Prueba de Levene de igualdad de varianzas</b> | <b>F</b>  |                 |                 | 0,028                              |                                       |
|  | <b>Sig.</b>   |                 |                 | 0,867                              |                                       |
| <b>prueba t para la igualdad de medias</b>       | <b>t</b>  |                 |                 | -3,460                             | -3,364                                |
|  | <b>gl</b>   |                 |                 | 108                                | 37,682                                |
|  | <b>Sig. (bilateral)</b>                               |                 |                 | 0,001                              | 0,002                                 |
|  | <b>Diferencia de medias</b>                           |                 |                 | -9,307                             | -9,307                                |
|  | <b>Diferencia de error estándar</b>                   |                 |                 | 2,690                              | 2,767                                 |
|  | <b>95% de intervalo de confianza de la diferencia</b> |                 | <b>Inferior</b> | -14,640                            | -14,910                               |
|  |   | <b>Superior</b> | -3,975          | -3,704                             |                                       |

Fuente: comparación según el género del estrés académico, datos obtenidos bajo los instrumentos aplicados por el investigador

En la tabla 5, dado que la distribución de las puntuaciones en estrategias de afrontamiento no fue normal se aplicó la prueba U de Mann-Whitney encontrando que existen diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en el empleo de las diferentes estrategias de afrontamiento así: Preocuparse (PR) Hombres (RM=43,02) Mujeres (RM=53,17)  $U=750,500$   $p<0,05$ ; Buscar pertenencia (PE) Hombres (RM=43,20) Mujeres (RM=59,12)  $U=755,00$   $p<0,05$ ; Reducción de la tensión (RT) Hombres (RM=33,18) Mujeres (RM=62,06)  $U=504,500$   $p<0,05$ ; Autoinculparse (CU) Hombres

(RM=38,72) Mujeres (RM=60,44) U=643,000 p<0,05 y Reservarlo para sí (RE) Hombres (RM=38,98) Mujeres (RM=60,36) U=649,500 p<0,05.

**Tabla 5.** Comparación entre las estrategias de afrontamiento según el género.

| <b>Rangos</b>                             |               |          |                       |                       |
|---|---------------|----------|-----------------------|-----------------------|
|   | <b>Género</b> | <b>N</b> | <b>Rango promedio</b> | <b>Suma de rangos</b> |
| <b>Buscar apoyo social</b>                | <b>Hombre</b> | 25       | 53,30                 | 1332,50               |
|   | <b>Mujer</b>  | 85       | 56,15                 | 4772,50               |
|   | <b>Total</b>  | 110      |                       |                       |
| <b>Concentrarse en resolver problemas</b> | <b>Hombre</b> | 25       | 53,46                 | 1336,50               |
|   | <b>Mujer</b>  | 85       | 56,10                 | 4768,50               |
|   | <b>Total</b>  | 110      |                       |                       |
| <b>Esforzarse y tener éxito</b>           | <b>Hombre</b> | 25       | 56,70                 | 1417,50               |
|   | <b>Mujer</b>  | 85       | 55,15                 | 4687,50               |
|   | <b>Total</b>  | 110      |                       |                       |
| <b>Preocuparse</b>                        | <b>Hombre</b> | 25       | 43,02                 | 1075,50               |
|   | <b>Mujer</b>  | 85       | 59,17                 | 5029,50               |
|   | <b>Total</b>  | 110      |                       |                       |
| <b>Invertir en amigos íntimos</b>         | <b>Hombre</b> | 25       | 52,60                 | 1315,00               |
|   | <b>Mujer</b>  | 85       | 56,35                 | 4790,00               |
|   | <b>Total</b>  | 110      |                       |                       |
| <b>Buscar pertenencia</b>                 | <b>Hombre</b> | 25       | 43,20                 | 1080,00               |
|   | <b>Mujer</b>  | 85       | 59,12                 | 5025,00               |
|   | <b>Total</b>  | 110      |                       |                       |
| <b>Hacerse ilusiones</b>                  | <b>Hombre</b> | 25       | 45,34                 | 1133,50               |
|   | <b>Mujer</b>  | 85       | 58,49                 | 4971,50               |
|   | <b>Total</b>  | 110      |                       |                       |

|                                      |               |     |       |         |
|--------------------------------------|---------------|-----|-------|---------|
| <b>Reducción de la tensión</b>       | <b>Hombre</b> | 25  | 33,18 | 829,50  |
|                                      | <b>Mujer</b>  | 85  | 62,06 | 5275,50 |
|                                      | <b>Total</b>  | 110 |       |         |
| <b>Acción social</b>                 | <b>Hombre</b> | 25  | 53,34 | 1333,50 |
|                                      | <b>Mujer</b>  | 85  | 56,14 | 4771,50 |
|                                      | <b>Total</b>  | 110 |       |         |
| <b>Ignorar el problema</b>           | <b>Hombre</b> | 25  | 47,92 | 1198,00 |
|                                      | <b>Mujer</b>  | 85  | 57,73 | 4907,00 |
|                                      | <b>Total</b>  | 110 |       |         |
| <b>Autoinculparse</b>                | <b>Hombre</b> | 25  | 38,72 | 968,00  |
|                                      | <b>Mujer</b>  | 85  | 60,44 | 5137,00 |
|                                      | <b>Total</b>  | 110 |       |         |
| <b>Reservarlo para sí</b>            | <b>Hombre</b> | 25  | 38,98 | 974,50  |
|                                      | <b>Mujer</b>  | 85  | 60,36 | 5130,50 |
|                                      | <b>Total</b>  | 110 |       |         |
| <b>Fijarse en lo positivo</b>        | <b>Hombre</b> | 25  | 50,82 | 1270,50 |
|                                      | <b>Mujer</b>  | 85  | 56,88 | 4834,50 |
|                                      | <b>Total</b>  | 110 |       |         |
| <b>Buscar ayuda profesional</b>      | <b>Hombre</b> | 25  | 56,98 | 1424,50 |
|                                      | <b>Mujer</b>  | 85  | 55,06 | 4680,50 |
|                                      | <b>Total</b>  | 110 |       |         |
| <b>Buscar diversiones relajantes</b> | <b>Hombre</b> | 25  | 59,78 | 1494,50 |
|                                      | <b>Mujer</b>  | 85  | 54,24 | 4610,50 |
|                                      | <b>Total</b>  | 110 |       |         |
| <b>Distracción física</b>            | <b>Hombre</b> | 25  | 62,00 | 1550,00 |
|                                      | <b>Mujer</b>  | 85  | 53,59 | 4555,00 |

|  |              |     |  |  |
|--|--------------|-----|--|--|
|  | <b>Total</b> | 110 |  |  |
|--|--------------|-----|--|--|

**Estadísticos de prueba <sup>a</sup>**

|   | <b>U de Mann-Whitney</b> | <b>W de Wilcoxon</b> | <b>Z</b> | <b>Sig. Asintótica (bilateral)</b> | <b>Significación exacta (bilateral)</b> | <b>Significación exacta (unilateral)</b> | <b>Probabilidad en el punto</b> |
|---|--------------------------|----------------------|----------|------------------------------------|---|--|---------------------------------|
| <b>Buscar apoyo social</b>                | 1007,500                 | 1332,500             | -0,394   | 0,694                              | 0,697                                   | 0,349                                    | 0,001                           |
| <b>Concentrarse en resolver problemas</b> | 1011,500                 | 1336,500             | -0,365   | 0,715                              | 0,718                                   | 0,359                                    | 0,001                           |
| <b>Esforzarse y tener éxito</b>           | 1032,500                 | 4687,500             | -0,215   | 0,830                              | 0,833                                   | 0,416                                    | 0,001                           |
| <b>Preocuparse</b>                        | 750,500                  | 1075,500             | -2,233   | 0,026                              | 0,025                                   | 0,013                                    | 0,000                           |
| <b>Invertir en amigos íntimos</b>         | 990,000                  | 1315,000             | -0,520   | 0,603                              | 0,607                                   | 0,303                                    | 0,001                           |
| <b>Buscar pertenencia</b>                 | 755,000                  | 1080,000             | -2,202   | 0,028                              | 0,027                                   | 0,014                                    | 0,000                           |
| <b>Hacerse ilusiones</b>                  | 808,500                  | 1133,500             | -1,823   | 0,068                              | 0,068                                   | 0,034                                    | 0,000                           |
| <b>Reducción de la tensión</b>            | 504,500                  | 829,500              | -3,994   | 0,000                              | 0,000                                   | 0,000                                    | 0,000                           |
| <b>Acción social</b>                      | 1008,500                 | 1333,500             | -0,390   | 0,697                              | 0,700                                   | 0,350                                    | 0,001                           |
| <b>Ignorar el problema</b>                | 873,000                  | 1198,000             | -1,358   | 0,175                              | 0,176                                   | 0,088                                    | 0,001                           |
| <b>Autoinculparse</b>                     | 643,000                  | 968,000              | -3,001   | 0,003                              | 0,002                                   | 0,001                                    | 0,000                           |
| <b>Reservarlo para sí</b>                 | 649,500                  | 974,500              | -2,953   | 0,003                              | 0,003                                   | 0,001                                    | 0,000                           |

|                                      |          |          |        |       |       |       |       |
|--------------------------------------|----------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|
| <b>Fijarse en lo positivo</b>        | 945,500  | 1270,500 | -0,838 | 0,402 | 0,405 | 0,203 | 0,001 |
| <b>Buscar ayuda profesional</b>      | 1025,500 | 4680,500 | -0,265 | 0,791 | 0,794 | 0,397 | 0,001 |
| <b>Buscar diversiones relajantes</b> | 955,500  | 4610,500 | -0,769 | 0,442 | 0,445 | 0,223 | 0,001 |
| <b>Distracción física</b>            | 900,000  | 4555,000 | -1,164 | 0,244 | 0,247 | 0,123 | 0,001 |
| a. Variable de agrupación: Género    |          |          |        |       |       |       |       |

Fuente: comparación según el género de las estrategias de afrontamiento, datos obtenidos bajo los instrumentos aplicados por el investigador.

En la tabla 6 se aplicó la prueba t de Student para comparar las medias entre hombres (M=36,9600) y mujeres (M=54,4000) en estrés académico, encontrando que esta diferencia si es estadísticamente significativa,  $t(108)=-4,826p<0.05$ .

**Tabla 6.** Comparación respecto del género sobre el uso de la estrategia de falta de afrontamiento (NA).

| <b>Estadísticas de grupo</b>                     |               |          |              |   |                                       |
|--|---------------|----------|--------------|---|---------------------------------------|
|  | <b>Género</b> | <b>N</b> | <b>Media</b> | <b>Desv. Desviación</b>                     | <b>Desv. Error promedio</b>           |
| <b>Estrategia de falta de afrontamiento</b>      | Hombre        | 25       | 36,9600      | 13,33067                                    | 2,66613                               |
|  | Mujer         | 85       | 54,4000      | 16,54086                                    | 1,79411                               |
| <b>Prueba de muestras independientes</b>         |               |          |              |   |                                       |
|  |               |          |              | <b>Estrategia de falta de afrontamiento</b> |                                       |
|  |               |          |              | <b>Se asumen varianzas iguales</b>          | <b>No se asumen varianzas iguales</b> |
| <b>Prueba de Levene de igualdad de varianzas</b> | <b>F</b>      |          |              | ,438  |                                       |
|  | <b>Sig.</b>   |          |              | ,509  |                                       |
| <b>t</b>   |               |          | -4,826       | -5,427                                      |                                       |

|  |   |                 |           |           |
|--|---|-----------------|-----------|-----------|
| <b>prueba t para la igualdad de medias</b> | <b>gl</b>   |                 | 108       | 47,853    |
|  | <b>Sig. (bilateral)</b>                               |                 | ,000      | ,000      |
|  | <b>Diferencia de medias</b>                           |                 | -17,44000 | -17,44000 |
|  | <b>Diferencia de error estándar</b>                   |                 | 3,61383   | 3,21358   |
|  | <b>95% de intervalo de confianza de la diferencia</b> | <b>Inferior</b> | -24,60323 | -23,90184 |
|  |   | <b>Superior</b> | -10,27677 | -10,97816 |

Fuente: comparación según el género de la estrategia de falta de afrontamiento, datos obtenidos bajo los instrumentos aplicados por el investigador.

En la tabla 7 tras la aplicación de la prueba t de student, no se hallaron diferencias significativas en cuanto al género para el uso de la estrategia de afrontamiento Buscar apoyo emocional (AE).

**Tabla 7.** Comparación respecto del género sobre el uso de la estrategia buscar apoyo emocional (AE).

| <b>Estadísticas de grupo</b>                     |               |          |              |                                    |                                       |
|--|---------------|----------|--------------|------------------------------------|---------------------------------------|
|  | <b>Género</b> | <b>N</b> | <b>Media</b> | <b>Desv. Desviación</b>            | <b>Desv. Error promedio</b>           |
| <b>Buscar apoyo emocional</b>                    | <b>Hombre</b> | 25       | 50,8000      | 23,07957                           | 4,61591                               |
|  | <b>Mujer</b>  | 85       | 57,2941      | 18,25013                           | 1,97950                               |
| <b>Prueba de muestras independientes</b>         |               |          |              |                                    |                                       |
|  |               |          |              | <b>Buscar apoyo emocional</b>      |                                       |
|  |               |          |              | <b>Se asumen varianzas iguales</b> | <b>No se asumen varianzas iguales</b> |
| <b>Prueba de Levene de igualdad de varianzas</b> | <b>F</b>      |          |              | 1,505                              |                                       |
|  | <b>Sig.</b>   |          |              | ,223                               |                                       |
| <b>prueba t para la igualdad de medias</b>       | <b>t</b>      |          |              | -1,469                             | -1,293                                |
|  | <b>gl</b>     |          |              | 108                                | 33,317                                |

|  |   |                 |           |
|--|---|-----------------|-----------|
|  | <b>Sig. (bilateral)</b>                               | ,145            | ,205      |
|  | <b>Diferencia de medias</b>                           | -6,49412        | -6,49412  |
|  | <b>Diferencia de error estándar</b>                   | 4,42009         | 5,02246   |
|  | <b>95% de intervalo de confianza de la diferencia</b> | <b>Inferior</b> | -15,25550 |
|  |   | <b>Superior</b> | 2,26726   |
|  |   |                 | -16,70869 |
|  |   |                 | 3,72046   |

Fuente: comparación según el género de la estrategia de afrontamiento buscar apoyo emocional, datos obtenidos bajo los instrumentos aplicados por el investigador.

## DISCUSIÓN

La relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento que los estudiantes adolescentes utilizan de esta investigación concuerda con los hallazgos de Valdivieso-León et al. (23), Peña et al. (24), de la Fuente et al. (25) y Armenta et al. (26), mismos que muestran que la adaptación al entorno académico es un proceso que genera efectos negativos para el estudiante y su bienestar psicológico, por lo que para afrontar estos estresores el sujeto debe emplear las estrategias de afrontamiento que crea necesarias.

En este estudio se evidencia que, existe un nivel de estrés académico considerable en los estudiantes, lo que se corrobora estudios previos, tal como sucede en el caso de los estudios en la Universidad de A. Coruña, Universidad de Santiago de Chile, en la Universidad de Loyola o en universidades públicas de Perú; en donde se comprobó la presencia de estrés académico en niveles altos (3,5,6,11,27). De la misma manera se muestra que las mujeres están más expuestas a padecer estrés académico que los hombres, así como han expresado Ganesan et al. (7) y Vidal et al. (8) en sus investigaciones.

En relación a las estrategias de afrontamiento empleadas por los participantes de esta investigación, se determina que existe el empleo de las estrategias de afrontamiento; tanto las de resolución de problemas como las centradas en la parte social y afrontamiento improductivo, siguiendo esta afirmación existen estudios en los que se comprueba que los estudiantes usan las estrategias de afrontamiento dependiendo de sus necesidades y/o experiencias previas (28) (29). Dentro de este contexto se puede señalar que existe una diferencia significativa en cuanto a género y el uso de las estrategias de afrontamiento, siendo así que las mujeres son quienes frecuentan más las estrategias de afrontamiento que los hombres, lo que de la misma manera se pudo hallar en las investigaciones realizadas por Martínez et al., Bordás y supervía y DeCarlo et al. (30) (19) (3)

## CONCLUSIÓN

Por medio de este estudio se pudo analizar que existe una correlación negativa entre el estrés académico y el empleo de las estrategias de afrontamiento, visualizando que mientras menos se emplean las estrategias de afrontamiento mayor es el nivel de estrés

académico y a su vez, si se aumenta el uso de estrategias de afrontamiento menor va a ser el nivel de estrés académico.

En cuanto al estrés académico, se dedujo que la mayoría de los participantes presentaron un nivel moderado o grave, lo que nos indica que las demandas del ámbito académico virtual están produciendo en ellos un desequilibrio emocional, fisiológico, cognitivo y/o conductual.

Con respecto a las estrategias de afrontamiento se concluye que los estudiantes se hallan en un nivel medio respecto de los tres tipos de afrontamiento: resolución de conflictos, relación con otros y afrontamiento improductivo. Estos resultados muestran la importancia de brindar herramientas más eficaces para que los estudiantes puedan emplearlas para ser efectivos en su áreas académicas virtuales, y que de esta manera se podría facilitar la gestión del estrés al que están expuestos en el entorno académico online. Con esto se concibe la necesidad de que los profesionales de salud mental indaguen ampliamente sobre el tema considerando las características socioeconómicas y geográficas de los estudiantes ya que al parecer estos podrían ser un factor de riesgo para un déficit para la gestión de las estrategias de afrontamiento en el estrés académico.

En relación al género de la población, se identificó que las mujeres son quienes están más propensas a padecer estrés académico y de la misma manera son quienes más emplean las estrategias de afrontamiento, concluyendo así que existe diferencias entre hombres y mujeres en cuanto a la gestión del estrés, por lo que de querer intervenir en cuanto al uso de estrategias de afrontamiento deberá ser necesario utilizar una distinción por género.

**CONFLICTO DE INTERÉS:** no existe conflictos de interés de ningún tipo.

**BENEFICIARIOS:** adolescentes, estudiantes, docentes, profesionales de salud mental

## **BIBLIOGRAFÍA**

1. Gil Álvarez J, Fernández Becerra C, Gil Álvarez JA, Fernández Becerra O. El estrés académico, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en residentes de Estomatología General Integral. Edumecentro. marzo de 2021;13(1):16-31.
2. Rodríguez-Fernández A, Maury-Sintjago E, Troncoso-Pantoja C, Morales-Urzúa M, Parra-Flores J. Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de salud de Santiago de Chile. Edumecentro. 2020;1-16.
3. DeCarlo C, Brewer S, Fuller A, Torres S, Papadakis J, Ros A. Stress, Coping, and Mood Among Latino Adolescents: A Daily Diary Study. J Res Adolesc. septiembre de 2017;27(3):566-80.
4. González R, Souto-Gestal A, González-Doniz L, Taboada VF. Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios. Revista de Investigación Educativa. 25 de junio de 2018;36(2):421-33.
5. Pascoe M, Hetrick S, Parker A. The impact of stress on students in secondary school and higher education. International Journal of Adolescence and Youth. 2020;25(1):104-12.

6. Rodríguez I, Fonseca G, Aramburú G, Rodríguez I, Fonseca G, Aramburú G. Estrés Académico en Alumnos Ingresantes a la Carrera de Odontología en la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. *International journal of odontostomatology*. diciembre de 2020;14(4):639-47.
7. Ganesan Y, Talwar P, Norsiah F, Oon B. A Study on Stress Level and Coping Strategies among Undergraduate Students. *Faculty of Cognitive Sciences and Human Development, Universiti Malaysia Sarawak*. marzo de 2018;3(2):37-47.
8. Vidal J, Muntaner-Mas A, Sampol PP. Diferencias de estrés y afrontamiento del mismo según el género y cómo afecta al rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Contextos Educativos Revista de Educación*. 28 de junio de 2018;(22):181-95.
9. Alania Contreras RD, Morales RAL, Cruz MR de la, Révolo DIDO. Adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialium*. 5 de julio de 2020;4(2):111-30.
10. Otero G, Carriazo G, Oliver S, Lacayo M, Torres G, Pájaro N. Nivel de estrés académico por evaluación oral y escrita en estudiantes de Medicina de una universidad del Departamento de Sucre | CES Medicina. *CES Medicina*. 11 de febrero de 2020;34(1):40-52.
11. González Galeano MF. Academic stress-related response of college students of Asunción from december 2015 to march 2016: Comparing majors. *Rev ciento UCSA*. 30 de diciembre de 2017;4(3):48-58.
12. Sanchez B, Huamaní D, Huamaní M, Olano D, Condori S. Estrés académico en estudiantes universitarios en contexto de la pandemia por covid-19: una revisión sistemática. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*. 30 de noviembre de 2021;5(6):11279-90.
13. Quito J, Tamayo M, Buñay D, Neira O. Estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de unidades educativas particulares del Ecuador. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 2017;20(3):253-76.
14. Espinoza Ortiz AA, Guamán Arias MP, Sigüenza Campoverde WG. Estilos de afrontamiento en adolescentes de colegios de la ciudad de Cuenca, Ecuador. *Revista Cubana de Educación Superior*. agosto de 2018;37(2):45-62.
15. Lazarus RS, Folkman S. *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company; 1984. 460 p.
16. Abdulfatai I, Afaf O. Investigating the Indirect effect of Religious Coping on Academic Stress through Religious Orientation of IIUM Undergraduate Students. *ICEPEE*. junio de 2021;46-58.

17. Amate J, De la Fuente J, Amate-Romera J, Fuente J de la. Relaciones entre ansiedad evaluativa, autorregulación y estrategias de afrontamiento del estrés en universitarios opositores. *Anales de Psicología*. septiembre de 2021;37(2):276-86.
18. Urzola A, Vidal I, Benítez I, Sañudo J. La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra escolarizada de adolescentes. *Psicogente*. 18 de junio de 2018;21(40):440-57.
19. Bordás C, Supervía P. Repercusión de las estrategias de afrontamiento de estrés en la felicidad de los alumnos de Secundaria. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. 24 de julio de 2017;20(3):65-77.
20. Park S-H, Kim Y. Ways of coping with excessive academic stress among Korean adolescents during leisure time. *Int J Qual Stud Health Well-being*. diciembre de 2018;13(1):1505397.
21. Barranza A. *Inventario de Estrés Académico SISCO*. Durango-México: Ecorfan; 2018. Disponible en: [https://www.ecorfan.org/libros/Inventario\\_SISCO\\_SV-21/Inventario\\_sist%C3%A9mico\\_cognoscitivista\\_para\\_el\\_estudio\\_del\\_estr%C3%A9s.pdf](https://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf)
22. Canessa B. Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima metropolitana. *Persona*. 24 de octubre de 2002;0(005):191.
23. Valdivieso-León L, Mangas S, Tous-Pallarés J, Espinoza-Díaz I. Estrategias de Afrontamiento Del Estrés Académico Universitario: Educación Infantil - primaria. *Educación XX1*. 2020;23(2):165-86.
24. Peña E, Bernal L, Pérez R, Reyna L, García K. Estrés y estrategias de afrontamiento en Estudiantes de Nivel Superior de la Universidad Autónoma de Guerrero. *Nure Investigación*. *Nure Investigación*. 5 de enero de 2018;15(92):1-8.
25. de la Fuente J, Fernández-Cabezas M, Cambil M, Vera MM, González-Torres MC, Artuch-Garde R. Linear Relationship between Resilience, Learning Approaches, and Coping Strategies to Predict Achievement in Undergraduate Students. *Frontiers in Psychology*. 2017;8:1039.
26. Armenta L, Quiroz C, Abundis F, Universidad autónoma de Nayarit, Mexico, Zea A, Universidad autónoma de Nayarit, Mexico. Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Espacios*. 17 de diciembre de 2020;41(48):402-15.
27. Estrada EG, Roque M, Ramos N, Uchasara H, Araoz M. Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del Covid-19. 9 de abril de 2021; Disponible en: <https://zenodo.org/record/4675923>

28. Morales F. Estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes universitarios. *Revista INFAD de Psicología International Journal of Developmental and Educational Psychology*. 29 de abril de 2018;2(1):289-94.
29. Yikealo D, Tareke W. Stress Coping Strategies among College Students: A Case in the College of Education, Eritrea Institute of Technology. *Open Science Journal*. 18 de septiembre de 2018;3.
30. Martínez I, Meneghel I, Penalver J. ¿El género afecta en las estrategias de afrontamiento para mejorar el bienestar y el desempeño académico? Elsevier España, SLU. 20 de abril de 2019;24(2):111-9.