



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA
INDOAMÉRICA**

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA: ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO

DEL COLEGIO SAN JOSÉ DE LA SALLE

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Psicólogo General

Autor(a)

Cevallos Ortiz Nicolás Gabriel

Tutor(a)

Dr. Edison Reinoso Mena MSc.

QUITO – ECUADOR

2021

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL
TRABAJO DE TÍTULACIÓN**

Yo, Cevallos Ortiz Nicolas Gabriel, declaro ser autor del Trabajo de Titulación con el nombre “Estrés en estudiantes de bachillerato del colegio San José de la Salle”, como requisito para optar al grado de Psicólogo General y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

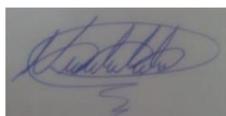
Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma.

En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Quito, a los 4 días del mes de agosto de 2021, firmo conforme:

Autor: Cevallos Ortiz Nicolás Gabriel



Firma:

Número de Cédula: 171784068-8

Dirección: Pichincha, Quito, Magdalena.

Correo Electrónico: nicocevallos_@hotmail.com

Teléfono: 0995726423

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “Estrés en estudiantes de bachillerato del colegio San José de la Salle” presentado por Cevallos Ortiz Nicolás Gabriel, para optar por el Título Psicólogo General

CERTIFICO

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador que se designe.



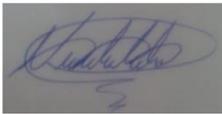
Quito, 4 de agosto del 2021

.....
Dr. Edison Reinoso Mena MSc.

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Psicólogo General, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Quito, 4 de agosto del 2021



.....
Cevallos Ortiz Nicolás Gabriel
C.I. 171784068-8

APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Titulación, ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DEL COLEGIO SAN JOSÉ DE LA SALLE previo a la obtención del Título de Psicólogo General, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de titulación.

Quito, de junio de 2021



.....
Doris Pérez

PREISDENTE TRIBUNAL



.....
María Soledad Males

VOCAL



.....
Marina Calvo

VOCAL

DEDICATORIA

Quiero dedicar esto primero a Dios que siempre está conmigo, segundo a mis padres, a mis hermanos por haberme apoyado siempre, este es un logro que me llena de mucha felicidad y no solo a mi sino a mi familia que sé que está muy feliz por mí y orgullosa porque gracias a ellos he llegado hasta aquí.

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer a Dios por la vida de cada uno de mis profesores porque ellos me han formado académicamente como han formado mi carácter para ser mejor cada día, siempre los tendré presente por sus enseñanzas, su amistad y su gran apoyo los respeto bastante y extrañare las horas de cátedra ya que han sido las mejores que he tenido, y puedo decir con orgullo que he tenido a los mejores profesores que la Universidad Indoamérica me ha dado, ya que el camino de la universidad no lo he recorrido solo, a cada uno de mis compañeros por brindarme su apoyo y su ayuda incondicional, también por los buenos momentos de compañerismo en los cuales se han forjado amistades que llevaré en mi corazón toda la vida junto con los recuerdos y vivencias.

INDICE DE CONTENIDOS

PORTADA	i
AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL	ii
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	iv
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD	v
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL.....	vi
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	vii
DEDICATORIA	vii
AGRADECIMIENTO	viii
RESUMEN EJECUTIVO.....	xii
ABSTRACT	xiii
INTRODUCCIÓN.....	2
Objetivo General.....	3
Objetivos Específicos.....	3
Metodología	4
Instrumento	4
RESULTADOS	6
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	8
BIBLIOGRAFÍA.....	11
ANEXOS	13

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla No. 1 Estadísticos	7
Tabla No. 4 Puntaje Bruto	8
Tabla No. 3 Estres	8

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA PSICOLOGÍA

TEMA: (ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DEL COLEGIO SAN JOSÉ DE LA SALLE)

AUTOR: Cevallos Ortiz Nicolás Gabriel

TUTOR: Dr. Edison Reinoso Mena MSc.

RESUMEN EJECUTIVO

El estrés, según Seyle, no es más que la reacción o respuesta no específica del organismo o cualquier cambio engendrado por el impacto de los acontecimientos importantes; en este último año han ocurrido cambios muy importantes en todo el mundo debido a la pandemia ocasionada por el Covid-19; debido a esto muchos jóvenes se han encontrado bajo estrés por las clases impartidas online; la investigación consiste en la aplicación del test (EPP-10) a los jóvenes estudiantes del colegio San José de la Salle para medir la cantidad de estrés que pudieron acumular en este último año de pandemia; el test será aplicado a los jóvenes mediante un link online; los datos estadísticos deberán reflejar si los jóvenes presenta un nivel elevado de éstres o no, y se representara mediante gráficas SPSS.

DESCRIPTORES: estrés, pandemia, covid 19

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA PSICOLOGÍA

THEME: (Stress in high school students at Colegio San José de la Salle)

AUTHOR: Cevallos Ortiz Nicolas Gabriel

TUTOR: Dr. Edison Reinoso Mena MSc.

ABSTRACT

Stress, according to Seyle, is nothing more than the body's non-specific reaction or response or any change engendered by the impact of major events; In this last year, very important changes have occurred around the world due to the pandemic caused by Covid-19; Because of this, many young people have found themselves under stress from classes taught online; The research consists of the application of the test (EPP-10) to the young students of the San José de la Salle school to measure the amount of stress that they could accumulate in this last year of the pandemic; the test will be applied to young people through an online link; The statistical data should reflect whether the young people present a high level of stress or not, and it will be represented by SPSS graphs

KEYWORDS:

(FIRMA Y SELLO DEPARTAMENTO DE IDIOMAS)

ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DEL COLEGIO SAN JOSÉ DE LA SALLE

Stress in high school students at Colegio San José de la Salle

Autor: Nicolás Cevallos Ortiz
ncevallos4@uti.edu.ec

Tutor: Edison Reinoso
edisonreinoso@uti.edu.ec

Trabajo de Titulación para la
obtención del título de
Psicólogo General de la
Universidad Tecnológica
Indoamérica.

Modalidad: Presencial
Investigación Cuantitativa.

Ambato, Ecuador.
Julio de 2021.

RESUMEN

El estrés, según Seyle, no es más que la reacción o respuesta no específica del organismo o cualquier cambio engendrado por el impacto de los acontecimientos importantes; en este último año han ocurrido cambios muy importantes en todo el mundo debido a la pandemia ocasionada por el Covid-19; debido a esto muchos jóvenes se han encontrado bajo estrés por las clases impartidas online; la investigación consiste en la aplicación del test (EPP-10) a los jóvenes estudiantes del colegio San José de la Salle para medir la cantidad de estrés que pudieron acumular en este último año de pandemia; el test será aplicado a los jóvenes mediante un link online; los datos estadísticos deberán reflejar si los jóvenes presenta un nivel elevado de estrés o no, y se representara mediante gráficas SPSS.

ABSTRACT

Stress, according to Seyle, is nothing more than the body's non-specific reaction or response or any change engendered by the impact of major events; In this last year, very important changes have occurred around the world due to the pandemic caused by Covid-19; Because of this, many young people have found themselves under stress from classes taught online; The research consists of the application of the test (EPP-10) to the young students of the San José de la Salle school to measure the amount of stress that they could accumulate in this last year of the pandemic; the test will be applied to young people through an online link; The statistical data should reflect whether the young people present a high level of stress or not, and it will be represented by SPSS graphs.

de naturaleza física o química presentes en el medio ambiente”.

Introducción

Desde que comenzó la pandemia el mundo ha tenido que aprender a sobrellevar un nuevo estilo de vida, tanto laboral, académico y social; este encierro ha hecho que mucha gente empiece a sentir ansiedad, decaimiento, estrés por la situación.

La intención de esta investigación es aplicar un test de medición de estrés (EPP-10) a los estudiantes del colegio San José de la Salle entre los 17 y 18 años de edad para obtener una escala cuantificable de cómo ha sido para ellos sobrellevar este nuevo estilo de vida, que problemas les ha causado tener clases online ya que este método de enseñanza no es factible para todos debido a que existen jóvenes que no tienen los recursos necesarios, tienen problemas de concentración, familiares, etc.; y esto ocasiona que no pongan el cien por ciento de su atención en las clases y empiezan a tener problemas con los maestros y algunos en vez de ayudarles los desmoralizan y así empiezan a enfermarse por el estrés.

Navarro (2015) Afirma que:

El origen del término, es el vocablo anglosajón “stress” (que en principio se utilizaba en Física y que hace referencia a la tensión aplicada a un metal y la reacción del mismo ante dicha presión). Comenzó a utilizarse en Fisiología por Hans Selve (endocrino de la Universidad de Montreal) en 1936. Selve definió el estrés como “(...) un síndrome o conjunto de reacciones fisiológicas, no específicas del organismo, a distintos agentes nocivos

El estrés se definió por primera vez en el siglo XX; este aparece en tiempos remotos donde el ser humano se dedicaba a la caza, pesca y recolección; el estrés servía como factor de alerta que ayudaba a sobrevivir, cuando se tenía frío se tensaban los músculos para producir calor; Según Víctor Pérez Solá, director del servicio de Salud Mental del Hospital del Mar en Barcelona; el ser humano activa este mecanismo para que nuestra vida no corra peligro, cuando el ser humano se encuentra rodeado por un exceso de situaciones que superan sus recursos, es allí donde se experimenta una sobrecarga que puede influir en el bienestar físico, psicológico y a su vez personal en el ser humano; por ejemplo estipula que si una persona tiene un examen y no tiene ese nivel de alerta o estrés su rendimiento será bajo y por otra lado si tiene un nivel demasiado alto de estrés se bloqueara.

Ozamiz-Etxebarria, Dosil-Santamaria, Picaza-Gorrochategui, & IdoiagaMondragon (2020). Afirman que:

En el caso específico del estrés psicológico se ha reportado un mayor nivel de sintomatología a partir del confinamiento, así mismo, se ha identificado que la población más joven y con enfermedades crónicas ha referido un mayor nivel de sintomatología que el resto de población.

El estrés implica cualquier factor externo o interno que induce a un aumento en el esfuerzo por parte de la persona para mantener un estado de equilibrio dentro de sí misma y en relación con su ambiente. (Naranjo, 2009)

El estrés, según Seyle, no es más que la reacción o respuesta no específica del organismo o cualquier cambio engendrado por el impacto de los acontecimientos importantes (Pérez, García, García, Ortiz, Centelles, 2014)

El estrés es una patología cuyos síntomas producen una serie de trastornos en el individuo, repercutiendo en la salud psíquica de este, pudiendo crearse diversos problemas como conflictos, insatisfacciones y dificultad en su desenvolvimiento social. (Pérez, García, García, Ortiz, Centelles, 2014)

Naranjo (2009), Afirma que:

El estrés es malo para la salud cuando no se hace tratar a tiempo; todas las personas necesitan aprender a prevenir y controlar el estrés. Quien no lo hace, puede poner en peligro su salud y su tranquilidad, mientras que quien conoce y pone en práctica acciones adecuadas para prevenirlo y afrontarlo puede disfrutar de un estilo de vida más sano y más satisfactorio.

Preguntas

¿Cuál es el nivel de estrés en los jóvenes durante sus clases online por motivos de aislamiento social producto del covid-19?, ¿siente usted presión de parte de los docentes durante las clases online?, ¿Los

jóvenes tienen el apoyo total de sus padres en el proceso educativo on line?, ¿Se sienten lo suficientemente respaldados por sus profesores en este proceso?

Justificación

La presente investigación analiza el nivel de estrés que tienen los jóvenes estudiantes de 17 a 18 años por las clases impartidas de forma online por el confinamiento debido a la pandemia mundial; este tema ha interesado mucho debido a que en este año se ha visto en las noticias nacionales como los jóvenes han demostrado síntomas de estrés por las clases on-line y más aún cuando no cuentan con el apoyo de sus padres, esto ha dado como consecuencia que en algunos casos se pueda llegar al suicidio.

Objetivo General

Estimar los niveles de estrés de los estudiantes de 17 a 18 años del Instituto San José de la Salle año lectivo 2020-2021, a causa del confinamiento producto del covid-19.

Objetivos Específicos

- Explicar cuál es el nivel de estrés de los estudiantes de bachillerato del colegio San José de la Salle.
- Aplicar test de medición de estrés a los jóvenes estudiantes de bachillerato del colegio San José de la Salle para determinar su nivel de estrés.

Metodología

La población con la que se va a trabajar son estudiantes de tercero de bachillerato entre los 17 y 18 años de un colegio de la ciudad de Quito del presente año 2020-2021, se trabajara con su población total que es de 60 estudiantes.

La presente investigación tiene un enfoque cuantitativo; su diseño es no experimental de tipo transversal y con un alcance descriptivo ya que pretende medir, recoger información de manera conjunta de un grupo de estudiantes de tercero de bachillerato, se trabajará con el test de Escala de estrés Percibido de Cohen (PSS).

Instrumentos

El test de Escala de estrés Percibido de Cohen (PSS). Realizado por Sheldon, Cohen y William son de 1988; es un test con una escala de 5 puntos, los cuales son: (nunca, casi nunca, de vez en cuando, muchas veces, siempre) cada respuesta está valorada de 0 a 4 puntos dependiendo del ítem señalado, la puntuación total obtenida corresponde a si tiene estrés o no, explora el nivel de estrés experimentado en el último mes.

Puentes Lisset, Díaz Ana; (2019) Afirman que:

La Escala de Estrés Percibido presentó cualidades métricas adecuadas al ser validado en cuba demostrando ser fiable y con una estructura bifactorial en correspondencia al contexto con lo planteado por sus autores originales. Contar con este instrumento permite tener una herramienta para determinar la influencia del estrés el proceso docente, los resultados

académicos de los estudiantes e incluso cómo el claustro profesoral puede estar vinculado con la percepción de estrés por parte de los estudiantes.

Según los estudios realizados por las autoras: “se obtuvieron valores elevados (0,84) de Alfa de Cronbach, lo que demostró fiabilidad en el test. El análisis factorial obtuvo dos dimensiones o factores, obteniéndose correlaciones adecuadas entre los ítems pertenecientes a cada factor” (Puentes L., Díaz A., 2019, Vol. 23, Num 3)

Se empleó la versión en castellano de la EEP-10 usada por Remor en un estudio de validación con adultos en España.

Esta escala mide la percepción de estrés psicológico.

Apreciado/a Estudiante:

El cuestionario a continuación, tiene como objetivo buscar y recoger datos referentes a “el estrés en jóvenes estudiantes” que ha causado la pandemia por el covid-19, el cuestionario es anónimo y será usado con total confidencialidad y solo a los fines de la presente investigación.

Su sinceridad es indispensable para este tipo de investigaciones. Recuerda que no es un examen. Todas las respuestas son válidas por que representan lo que piensas sobre la causa del estrés por las clases online.

Datos Iniciales.

SEXO:

Masculino () Femenino ()

EDAD: _____.

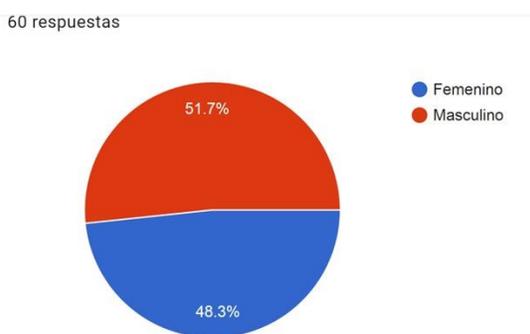
Preguntas (Durante el último mes)	Nunca	Casi Nunca	De vez en cuando	Muchas Veces	Siempre
¿Con que frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?					
¿Con que frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?					
¿Con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado?					
¿Con qué frecuencia ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales?					
¿Con qué frecuencia ha sentido que las cosas le van bien?					
¿Con qué frecuencia ha sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que hacer?					
¿Con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?					
¿Con qué frecuencia se ha sentido que tenía todo bajo control?					
¿Con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le han ocurrido estaban fuera de su control?					
¿Con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?					

Análisis y Resultados

Participantes

La muestra de estudio estuvo conformada por 60 estudiantes de tercero de bachillerato “A” y “B” del colegio San José de la Salle, sección matutina de la ciudad de Quito.

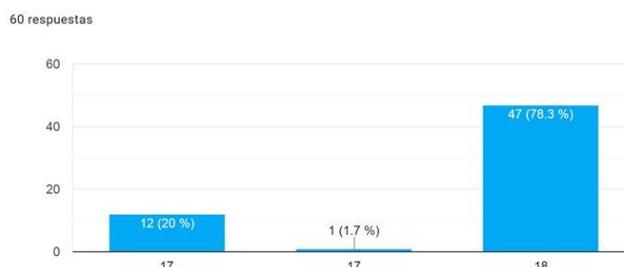
Con la distribución sobre el género de los estudiantes se indicó mayor número de estudiantes masculinos (51.7%) que el femenino (48.3%) tal como se muestra en la Figura 1.



Fuente: elaboración propia del autor de este trabajo

Figura 1. Distribución de sexo

La figura 2 nos da a conocer la edad de los participantes cuyas edades variaron entre los 17 12(20%), 1(1.7%) y 18 47 (78.3%) años de edad.



Fuente: elaboración propia del autor de este trabajo

Figura 2. Distribución por edad

Resultados

“El coeficiente fue propuesto en 1951 por Cronbach como un estadístico para estimar la confiabilidad de una prueba, o de cualquier compuesto obtenido a partir de la suma de varias mediciones” (Santos 2017).

Rangos	Magnitud
0,81 a 1,00	Muy Alta
0,61 a 0,80	Alta
0,41 a 0,60	Moderada
0,21 a 0,40	Baja
0,01 a 0,20	Muy Baja

Fuente: Tomado de Ruiz Bolívar (2002).

Este cuadro nos ayuda a demostrar la confiabilidad de mis preguntas aplicadas en el cuestionario.

Escala de calificación

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,421	10

Tabla Nro.1

Estadísticos					
		puntajebruto	estres	Sexo	Edad
N	Válido	60	60	66	60
	Perdidos	6	6	0	6
Media		21,6167	2,2333		17,78
Mediana		21,0000	2,0000		18,00
Moda		21,00	2,00		18
Desv. Desviación		3,66889	,42652		,415

Fuente: elaboración propia del autor de este trabajo

El cuadro “Estadísticos” nos muestra que obtuvo un valor para la media de 2,23; para la mediana de 2,00; en la moda se obtuvo 2,00; y en la desviación estándar ,42652 con esto sabemos que la población de muestra se encuentra en un nivel medio bajo de estrés.

Tabla Nro. 2

Sexo

Sexo					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido		6	9,1	9,1	9,1
	Femenino	28	42,4	42,4	51,5
	Masculino	32	48,5	48,5	100,0
	Total	66	100,0	100,0	

Fuente: elaboración propia del autor de este trabajo

En la Variable sociodemográfica “Sexo” podemos encontrar que el 42,4 % ha sido una población de género Femenino y el 48,5 % es una población de género Masculino.

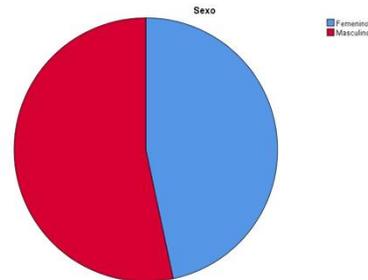
Fuente: elaboración propia del autor de este trabajo

Tabla Nro. 3

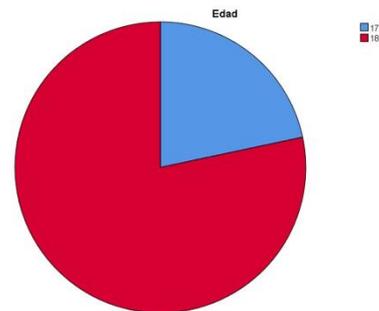
Edad

Edad					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	17	13	19,7	21,7	21,7
	18	47	71,2	78,3	100,0
	Total	60	90,9	100,0	
Perdidos	Sistema	6	9,1		
Total		66	100,0		

Fuente: elaboración propia del autor de este trabajo



El cuadro de edad nos revela que los jóvenes con 17 años de edad representan el 19,7 % y los jóvenes con 18 años de edad son 71,2 %.



Fuente: elaboración propia del autor de este trabajo

Tabla Nro. 4
Puntaje Bruto

puntajebruto					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	15,00	2	3,0	3,3	3,3
	16,00	1	1,5	1,7	5,0
	17,00	6	9,1	10,0	15,0
	18,00	7	10,6	11,7	26,7
	19,00	1	1,5	1,7	28,3
	20,00	5	7,6	8,3	36,7
	21,00	9	13,6	15,0	51,7
	22,00	7	10,6	11,7	63,3
	23,00	6	9,1	10,0	73,3
	24,00	2	3,0	3,3	76,7
	25,00	3	4,5	5,0	81,7
	26,00	5	7,6	8,3	90,0
	27,00	2	3,0	3,3	93,3
	28,00	1	1,5	1,7	95,0
	29,00	2	3,0	3,3	98,3
	30,00	1	1,5	1,7	100,0
	Total	60	90,9	100,0	
Perdidos	Sistema	6	9,1		
	Total	66	100,0		

Fuente: elaboración propia del autor de este trabajo

El “Porcentaje Bruto” nos da como resultado que en las frecuencias tenemos ha 9 personas han demostrado un nivel medio de estrés con un porcentaje de 15,0% también tenemos 6 personas que demuestran un porcentaje de 10,0 y una con el 1,7%.

Tabla Nro.5
Estrés

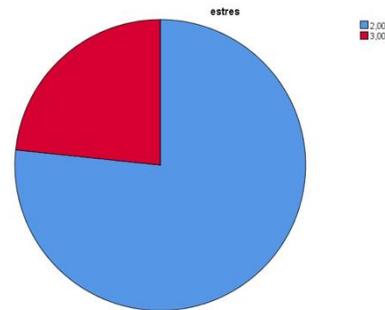
estres					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	2,00	46	69,7	76,7	76,7
	3,00	14	21,2	23,3	100,0
	Total	60	90,9	100,0	
Perdidos	Sistema	6	9,1		
	Total	66	100,0		

Fuente: elaboración propia del autor de este trabajo

En la interpretación del cuadro “Estrés” podemos deducir que la

mayoría de la población entre hombres y mujeres muestran que tienen un 76,7 % de estrés causado por el encierro y sobre todo las clases online mientras que el mínimo de la población tiene apenas un 23,3 % con esto podemos decir que la mayoría de jóvenes si han presentado estrés en las clases on-line.

Fuente: elaboración propia del autor de este trabajo



Discusión

La investigación estaba enfocada en identificar los niveles de estrés ocasionado por las clases online en la pandemia esto está dirigido para los adolescentes de entre 17 y 18 años de edad del Colegio San José La Salle, haciendo presentación de los resultados obtenidos se afirma que se cumplió el objetivo propuesto.

Se refleja en los resultados dados por el programa del SPSS si son válidas y se acepta como cierta la hipótesis, con esto comprobamos que las correlaciones no marcan puntuaciones estadísticamente significativas entre la población femenina y masculina.

Podemos encontrar en los datos recogidos que nos da un puntaje de (76,7 %) que se encuentra en el rango moderado alto y nos demuestra que el estrés está causando molestias a los jóvenes estudiantes.

Los jóvenes al saber que la recolección de datos es online pusieron mucho de su colaboración, pero al momento de sugerir usar materiales físicos para la toma del test ellos declinaron y exigieron que las tomas de las muestras fueran realizadas de manera online ya que no quieren familiarizarse con el uso papel o impresoras.

Conclusiones y Recomendaciones

Los objetivos planteados en la presente investigación fueron cumplidos ya que mediante el test aplicado se ha determinado que no presentan diferencias significativas, de presentar síntomas de un nivel de estrés elevado en las clases on-line de los jóvenes estudiantes, esto se demostró mediante las gráficas SPSS. Podemos concluir que los jóvenes han aceptado y han acogido las clases on-line adaptándola a su vida cotidiana en casa con esto han causado un leve nivel de estrés causado por tomar cátedras desde una computadora, pero también puede ser causado por otras circunstancias relacionadas con el ambiente en el que se encuentran.

Las nuevas generaciones de jóvenes estudiantes tienen mucha ventaja ya que han sido criados de la mano con tecnología moderna y de última generación así que podemos concluir que por esta razón los jóvenes han aceptado mucho mejor estar en su catedra virtual acompañado todo el tiempo por su computadora de

escritorio, teniendo a la mano toda la información de internet y combinándola con la comodidad de sus hogares.

Finalmente, esta investigación sobre la medición de estrés en jóvenes estudiantes puede ser de gran ayuda para los docentes y directivos de la unidad educativa San José La Salle, pues el estudio es actual y muy informativo, con esto se puede dar una retroalimentación importante para el futuro formativo de la institución poniendo atención en cambios para la mejora de la impartición de clases y puntos a mejorarse como también pueden mantenerse.

Podemos recomendar que para una investigación completa también se realice una investigación cualitativa.

Podemos facilitar la recomendación que para un estudio de enfoque cuantitativo se debe realizar una recolección de datos a un grupo o población que sea en su caso numeroso para una variedad más grande de respuestas y mejor recolección de muestras.

Recomendamos la aplicación de test online ya que esto facilitó mucho la

recolección de datos usando páginas en las cuales los jóvenes pueden acceder a cualquier momento a cumplir con su muestra y colaboración en la recolección de muestras usando test online.

Se puede concluir que el uso del test fue adecuado para la recolección de datos y el propósito de la investigación que evalúa el nivel de estrés estos cuentan con altos estándares y recomendaciones por su validez y confiabilidad.

Bibliografía

Navarro, F. (2015), Como se origina el estrés; *Revista digital INESEM*. Recuperado de: <https://revistadigital.inesem.es/gestion-integrada/como-se-origina-el-estres/>

Pérez. D, García. J, García. T, Ortiz. D, Centelles. M (2014). Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud. *Revista Cubana de Medicina General Integral*. Recuperado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252014000300009

Naranjo. M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de este en el ámbito educativo. *Revista Educación*. Vol. 33. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>

Barraza, (2007) El campo de estudio del estrés del Programa de Investigación Estímulo – Respuesta al Programa de Investigación Persona – Entorno. *Revista Internacional de Psicología* ISSN 1818-1023. Vol. 8. Recuperado de: <file:///Users/pconstrucciones/Download/s/Dialnet-ElCampoDeEstudioDelEstres-6161347.pdf>

Ospina, 2016. Síntomas, Niveles de Estrés y Estrategias de Afrontamiento en una muestra de Estudiantes Masculinos y Femeninos de una Institución de Educación Superior Militar: Análisis Comparativo. Recuperado de: <https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/3161/4/TESIS%20DE%20MA>

[ESTR%C3%8DA%20%20Andr%C3%A9s%20Ospina%20Stepanian.pdf](https://www.scielo.org/co/pdf/rfmun/v62n3/v62n3a10.pdf)

Campo. A, Celina. H, Herazo. E, (2014). Escala de Estrés Percibido-10: Desempeño psicométrico en estudiantes de medicina de Bucaramanga, Colombia. Recuperado de: <http://www.scielo.org/co/pdf/rfmun/v62n3/v62n3a10.pdf>

Cassaretto M, Chau C., Oblitas H., Valdez N.. (2003), Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología; *Revista de Psicología de la PUCP*, Vol. XXI. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/994031.pdf>

Tamayo PMC, (2017), Estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de unidades educativas particulares del Ecuador; *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, Número 3. Recuperado de: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=77981>

Carmin D., Marisol L., (2016), Estrés académico y conductas de salud en estudiantes universitarios de Lima. *PUCP*, Recuperado de: <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/7708>

Martín I, (2007), Estrés académico en estudiantes universitarios. *Colegio oficial de Psicología de Andalucía Occidental y Universidad de Sevilla*. Vol. 25 Recuperado de: https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/12812/file_1.pdf

Becerra S. (2013), Rol de Estrés percibido y su afrontamiento en las conductas de salud de estudiantes universitarios de Lima. *Tesis PUCP*. Recuperado de: <https://core.ac.uk/download/pdf/196537131.pdf>

Pulido M, Serrano M, Valdés E, Chávez M, Montiel P, Vera Fernando, (2011), Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Psicología y Salud*, Vol. 21. Recuperado de: <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/584/0>

Montoya L, Gutiérrez Javier, Toro B, (2010), Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *Ges Medicina*. Vol. 24. Recuperado de: <https://revistas.ces.edu.co/index.php/medicina/article/view/1011>

Águila B, Castillo M, Monteagudo de la Guardia R, Achon Z., (2015), Estrés académico. *SCIELO EDUMECENTRO*. Vol. 7. Recuperado de: <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sciarttext&pid=S2077-28742015000200013>

Román C. Ortiz F., Hernández Y., (2008), El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. Recuperado de: <https://rieoei.org/historico/deloslectores/2371Collazo.pdf>

Barraza A. (2005), Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2880918.pdf>

Silva Ramos, M, F., López-Cocotie, J, J., Meza Zamora. M. E. C. (2020). Estrés académico estudiantes universitarios. *Universidad Autónoma de Aguascalientes México*. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/674/67462875008/67462875008.pdf>

Barraza A. (2006), Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. Vol. 9. Recuperada de: <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol9num3/art6vol9no3.pdf>

Román C, Hernández Y, (2011), El Estrés académico: Una Revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación, *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. Vol. 14. Recuperado de: <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol14num2/Vol14No2Art1.pdf>

Pedrero Pérez, E. J., & Olivar Arroyo, Álvaro. (2010). Estrés percibido en adictos a sustancias en tratamiento mediante la escala de Cohen: propiedades psicométricas y resultados de su aplicación. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 26(2), 302–309. Recuperado de: <https://revistas.um.es/analesps/article/view/109261>

Puentes L., Días Ana., (2019). Fiabilidad y validez de constructo de la Escala de Estrés Percibido en estudiantes de Medicina, *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*. Vol. 23, Num. 3; Recuperado de: <http://www.revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/3894>

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer a Dios por la vida de cada uno de mis profesores porque ellos me han formado académicamente como han formado mi carácter para ser mejor cada día, siempre los tendré presente por sus enseñanzas, su amistad y su gran apoyo los respeto bastante y extrañare las horas de cátedra ya que han sido las mejores que he tenido, y puedo decir con orgullo que he tenido a los mejores profesores que la Universidad Indoamérica me ha dado, ya que el camino de la universidad no lo he recorrido solo, a cada uno de mis compañeros por brindarme su apoyo y su ayuda incondicional, también por los buenos momentos de compañerismo en los cuales se han forjado amistades que llevaré en mi corazón toda la vida junto con los recuerdos y vivencias.

DEDICATORIA

Quiero dedicar esto primero a Dios que siempre está conmigo, segundo a mis padres, a mis hermanos por haberme apoyado siempre, este es un logro que me llena de mucha felicidad y no solo a mi sino a mi familia que sé que está muy feliz por mí y orgullosa porque gracias a ellos he llegado hasta aquí.

ANEXOS



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA**

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Mayra J Samaniego M, con C.I. 171759111-7 Autorizo al señor Nicolás Gabriel Cevallos Ortiz con C.I. 171784068-8 de la Universidad Tecnológica Indoamérica, Carrera de Psicología, a aplicar el Test EEP-10 (Escala de Estrés Percibido) a mi hijo Matías Janier Maisincho con C.I 175333817-5; este test tiene como objetivo medir el estrés que ha existido a causa de la pandemia mundial como motivo de investigación para la tesis final.

Atentamente:

f) _____
Mayra J Samaniego M
C.I. 171759111-7



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA**

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Edison Mauricio Encalada, con C.I. 170833200-0 Autorizo al señor Nicolás Gabriel Cevallos Ortiz con C.I. 171784068-8 de la Universidad Tecnológica Indoamérica, Carrera de Psicología, a aplicar el Test EEP-10 (Escala de Estrés Percibido) a mi hija Norma Camila Encalada Guevara con C.I. 172641213-1; este test tiene como objetivo medir el estrés que ha existido a causa de la pandemia mundial como motivo de investigación para la tesis final.

Atentamente:



Edison Mauricio Encalada
C.I. 170833200-0

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA**

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Sotomayor Saltos Margarita de las Mercedes, con C.I. 171404549-7 Autorizo al señor Nicolás Gabriel Cevallos Ortiz con C.I. 171784068-8 de la Universidad Tecnológica Indoamérica, Carrera de Psicología, a aplicar el Test EEP-10 (Escala de Estrés Percibido) a mi hijo Briones Sotomayor Cristofer Alejandro con C.I. 175307004-2; este test tiene como objetivo medir el estrés que ha existido a causa de la pandemia mundial como motivo de investigación para la tesis final.

Atentamente:



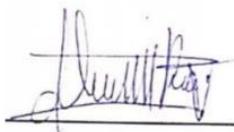
f) _____
Margarita Sotomayor
C.I. 171404549-7

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA**

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Alexandra Díaz, con C.I. 171269536-8 Autorizo al señor Nicolás Gabriel Cevallos Ortiz con C.I. 171784068-8 de la Universidad Tecnológica Indoamérica, Carrera de Psicología, a aplicar el Test EEP-10 (Escala de Estrés Percibido) a mi hijo Santiago Guevara Díaz con C.I 175387339-5; este test tiene como objetivo medir el estrés que ha existido a causa de la pandemia mundial como motivo de investigación para la tesis final.

Atentamente:



f) _____

**Alexandra Díaz
C.I. 171269536-8**

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA**

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Karenn Alejandra Gavilánez Taco, con C.I. 171374499-1 Autorizo al señor Nicolás Gabriel Cevallos Ortiz con C.I. 171784068-8 de la Universidad Tecnológica Indoamérica, Carrera de Psicología, a aplicar el Test EEP-10 (Escala de Estrés Percibido) a mi hijo Jared Issac Benavides Gavilánez con C.I. 172474201-8; este test tiene como objetivo medir el estrés que ha existido a causa de la pandemia mundial como motivo de investigación para la tesis final.

Atentamente:



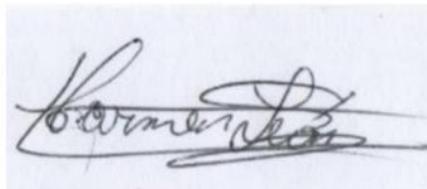
f) _____
Karenn Gavilánez
C.I. 171374499-1

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA**

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, María del Carmen León Guapulema, con C.I. 171041899-5 Autorizo al señor Nicolás Gabriel Cevallos Ortiz con C.I. 171784068-8 de la Universidad Tecnológica Indoamérica, Carrera de Psicología, a aplicar el Test EEP-10 (Escala de Estrés Percibido) a mi hijo Leonardo Rene Chiluisa León con C.I 175502343-7; este test tiene como objetivo medir el estrés que ha existido a causa de la pandemia mundial como motivo de investigación para la tesis final.

Atentamente:



f) _____
María del Carmen León
C.I. 171041899-5

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA

CONSENTIMIENTO INFORMADO

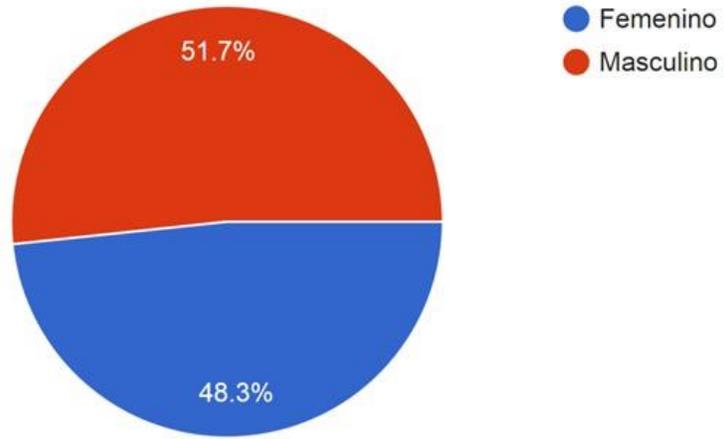
Yo, Maura Bravo, con C.I. 171029769-6 Autorizo al señor Nicolás Gabriel Cevallos Ortiz con C.I. 171784068-8 de la Universidad Tecnológica Indoamérica, Carrera de Psicología, a aplicar el Test EEP-10 (Escala de Estrés Percibido) a mi hijo Paulette Pazmiño con C.I. 010527356-9; este test tiene como objetivo medir el estrés que ha existido a causa de la pandemia mundial como motivo de investigación para la tesis final.

Atentamente:

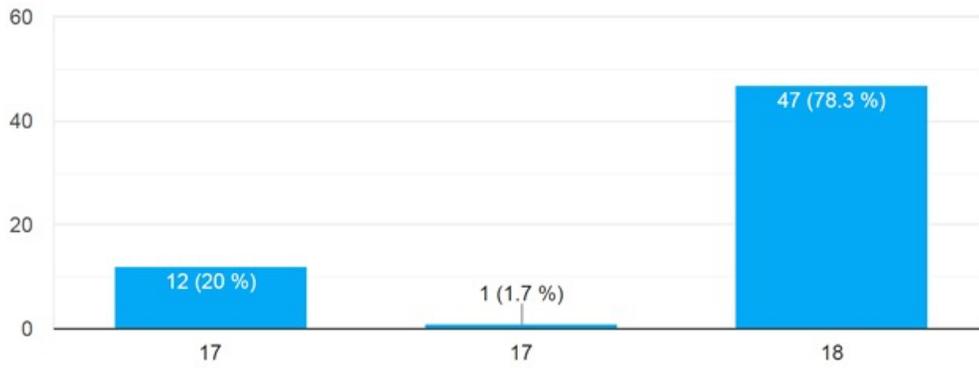


f) _____
Maura Bravo
C.I. 171029769-6

60 respuestas

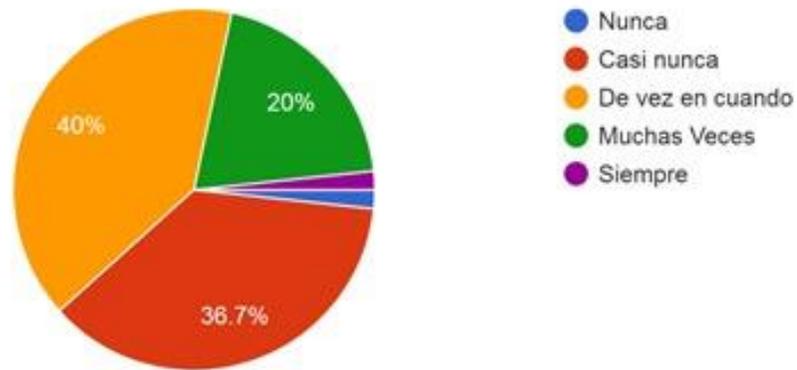


60 respuestas



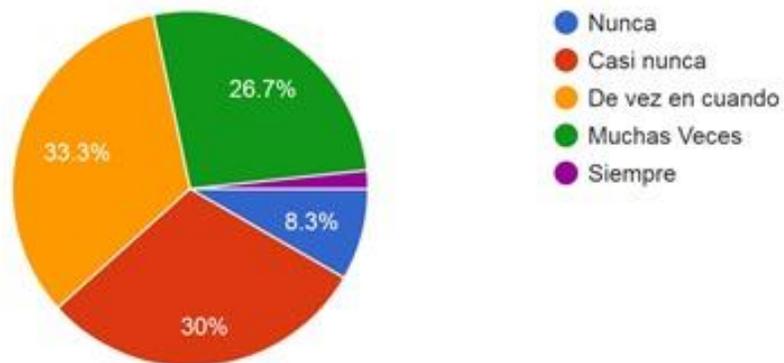
¿Con que frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?

60 respuestas



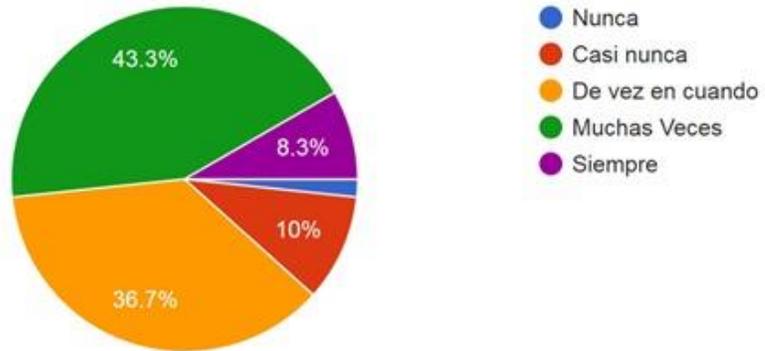
¿Con que frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?

60 respuestas



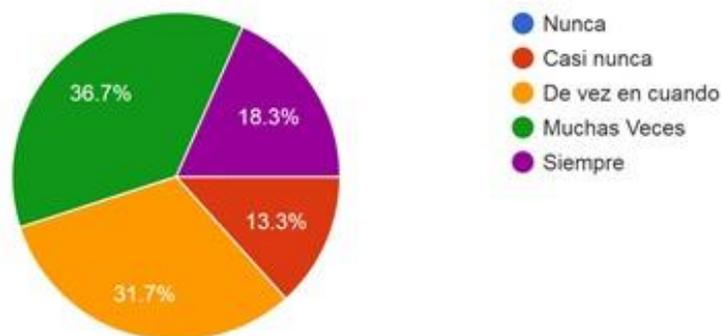
¿Con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado?

60 respuestas



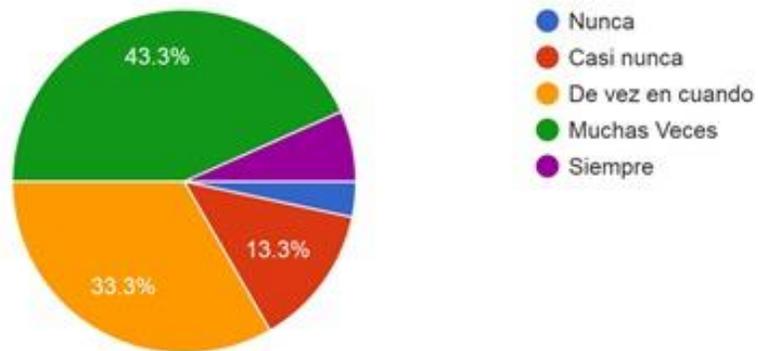
¿Con qué frecuencia ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales?

60 respuestas



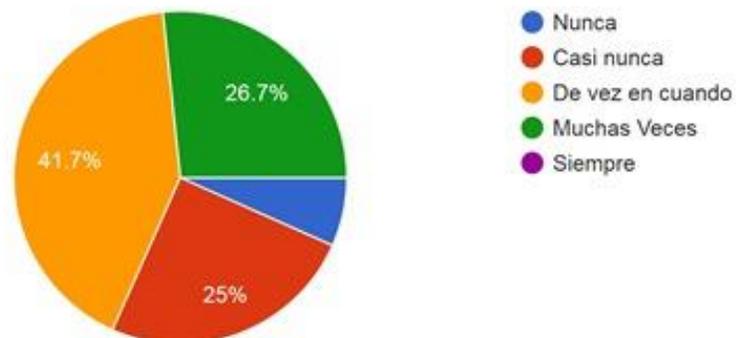
¿Con qué frecuencia ha sentido que las cosas le van bien?

60 respuestas



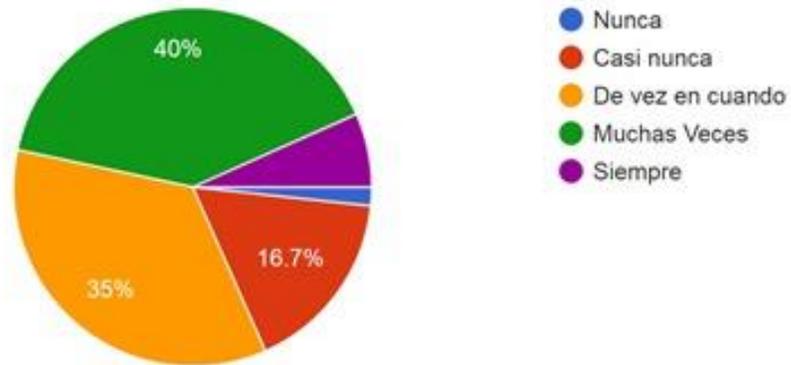
¿Con qué frecuencia ha sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que hacer?

60 respuestas



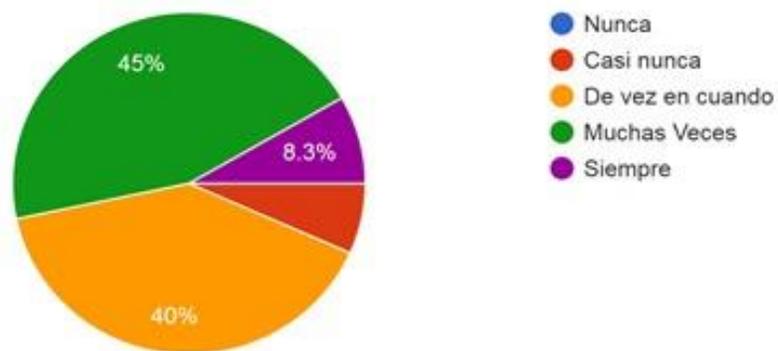
¿Con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?

60 respuestas



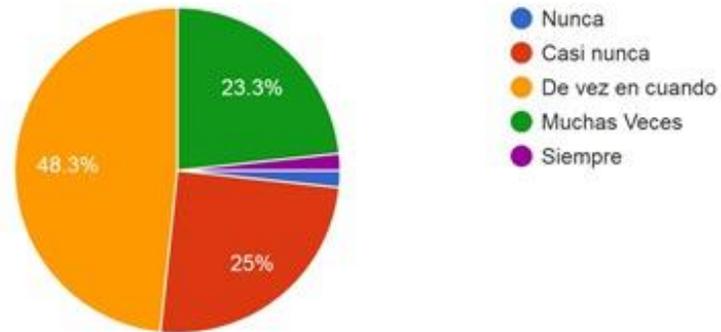
¿Con qué frecuencia ha sentido que tenía todo bajo control?

60 respuestas



¿Con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le han ocurrido estaban fuera de su control?

60 respuestas



¿Con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?

60 respuestas

