



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN HUMANAS Y  
TECNOLOGÍAS  
CARRERA PSICOPEDAGOGÍA**

**Título**

El estrés académico en la atención en los estudiantes de la Unidad Educativa “Pensionado Americano International School.” Riobamba.

**Trabajo de Titulación para optar al título de Licenciatura en  
Psicopedagogía**

**Autor:**

Bazantes Flores Jeyson Vinicio

**Tutora:**

Mgs. Aracely Carolina Rodríguez Vintimilla

**Riobamba, Ecuador 2023**

## DECLARATORIA DE AUTORÍA

Yo, **Jeyson Vinicio Bazantes Flores**, con cédula de ciudadanía **050408327-0**, autor del trabajo de investigación titulado: **“El estrés académico en la atención de los estudiantes de la Unidad Educativa “Pensionado Americano International School.” Riobamba**, certifico que la producción, ideas, opiniones, criterios, contenidos y conclusiones expuestas son de mí exclusiva responsabilidad.

Asimismo, cedo a la Universidad Nacional de Chimborazo, en forma no exclusiva, los derechos para su uso, comunicación pública, distribución, divulgación y/o reproducción total o parcial, por medio físico o digital; en esta cesión se entiende que el cesionario no podrá obtener beneficios económicos. La posible reclamación de terceros respecto de los derechos de autor (a) de la obra referida, será de mi entera responsabilidad; librando a la Universidad Nacional de Chimborazo de posibles obligaciones.

En Riobamba, 5 marzo de 2023.



---

**Jeyson Vinicio Bazantes Flores**  
C.C. 050408327-0

## **DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR**

Quien suscribe, Mgs. Aracely Carolina Rodríguez Vintimilla catedrático adscrito a la Facultad de Ciencias de la Educación Humanas y Tecnologías, por medio del presente documento certifico haber asesorado y revisado el desarrollo del trabajo de investigación titulado **“El estrés académico en la atención de los estudiantes de la Unidad Educativa “Pensionado Americano International School.” Riobamba**, bajo la autoría de **Jeyson Vinicio Bazantes Flores**; por lo que se autoriza ejecutar los trámites legales para su sustentación.

Es todo cuanto informar en honor a la verdad; en Riobamba, a los 5 días del mes de marzo de 2023



---

**Aracely Carolina Rodríguez Vintimilla**  
C.C. 060333772-6

## CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Grado para la evaluación del trabajo de investigación “**El estrés académico en la atención de los estudiantes de la Unidad Educativa “Pensionado Americano International School.” Riobamba**”, presentado por **Jeyson Vinicio Bazantes Flores**, con cédula de identidad número **050408327-0**, bajo la tutoría de Mgs. Aracely Carolina Rodríguez Vintimilla; certificamos que recomendamos la APROBACIÓN de este con fines de titulación. Previamente se ha evaluado el trabajo de investigación y escuchada la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba a los 18 días de abril del 2023.

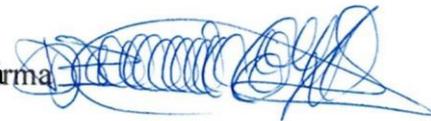
Presidente del Tribunal de Grado  
Mgs. Luz Elisa Moreno Arrieta

Firma



Miembro del Tribunal de Grado  
Dr. Patricio Marcelo Guzmán Yucta

Firma



Miembro del Tribunal de Grado  
Dr. Jorge Washington Fernández Pino

Firma

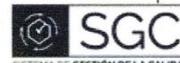


# CERTIFICADO ANTIPLAGIO



Dirección  
Académica  
VICERRECTORADO ACADÉMICO

*en movimiento*



UNACH-RGF-01-04-08.15  
VERSIÓN 01: 06-09-2021

## CERTIFICACIÓN

Que, **Bazantes Flores Jeyson Vinicio** con CC: **0504083270**, estudiante de la Carrera **Psicopedagogía**, Facultad de Ciencias de la Educación Humanas y Tecnologías; ha trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado **EL ESTRÉS ACADÉMICO EN LA ATENCIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA " PENSIONADO AMERICANO INTERNATIONAL SCHOOL"- RIOBAMBA**, cumple con el **4 %**, de acuerdo al reporte del sistema Anti plagio **Urkund**, porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, 16 de marzo de 2023

Mgs. Aracely Carolina Rodríguez Vintimilla  
**TUTORA**

## **DEDICATORIA**

El presente trabajo investigativo quiero dedicarle a Dios por darme fortaleza para continuar con uno de mis sueños más importantes, a mis padres por tanto amor y cariño, sobre todo por el apoyo brindado durante este trayecto, por inculcarme valores tan valiosos como la perseverancia y la humildad.

A mi madre por su gran ejemplo ya que siempre me motivo a seguir día a día que con su esfuerzo y aliento creyó en mí, gracias a ella he logrado llegar hasta aquí, quien siempre estuvo a mi lado y no permitió que me rindiera a pesar de las dificultades que se atravesaron en este largo camino.

A mi padre quien siempre me acompañó en aquellas madrugadas de viaje y que con sus consejos me hicieron entender la vida de una mejor manera, por estar incondicionalmente junto a mí y enseñarme a que todo lo que me proponga lo puedo conseguir.

A mis abuelitos que con sus palabras de aliento me ayudaron hacer mejor persona cada día y me acompañaron desde que era un niño en todos mis triunfos y fracasos.

*Jeyson Vinicio Bazantes*

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a Dios por darme la salud, vida y fortaleza cada día para seguir adelante y poder conseguir mi meta. A mis padres por ser el pilar fundamental e incondicional que con su amor me han impulsado a perseguir cada uno mis objetivos y de igual manera me han brindado su apoyo económico y material para poder enfocarme en mis estudios.

A las autoridades y personal que conforman la Unidad Educativa “Pensionado Americano International School” por brindarme la apertura necesaria para poder realizar el trabajo investigativo dentro de su centro educativo.

A mis docentes por compartir sus conocimientos y experiencias en el transcurso de mi preparación académica que con su paciencia hicieron de estos últimos años todo un aprendizaje basado en el compromiso de ayudar a aquellos estudiantes que presenten algún tipo de dificultad en el ámbito escolar.

*Jeyson Vinicio Bazantes*

# ÍNDICE GENERAL

PORTADA	
DECLARATORIA DE AUTORÍA	
DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR	
CERTIFICADO ANTIPLAGIO	
DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
RESUMEN	
ABSTRACT	
CAPÍTULO I. INTRODUCCION.....	15
1.1. Antecedentes investigativos .....	18
1.2. Planteamiento del Problema .....	19
1.3. Justificación .....	20
1.4. Objetivos.....	21
1.4.1. General.....	21
1.4.2. Específicos.....	21
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO.....	22
2.1. Estrés .....	22
2.1.1. Eustrés .....	22
2.1.2. Distrés.....	22
2.2. Niveles predominantes del estrés académico .....	22
2.2.1. Inventario SISCO de estrés académico .....	22
2.2.2. Tipos de estrés en base a su duración .....	24
2.2.2.1. Estrés agudo.....	24
2.2.1.2. Estrés agudo episódico .....	24
2.2.1.3. Estrés crónico .....	24
2.3. Estrés académico .....	24
2.3.1. Definición del estrés académico .....	24
2.3.2. Estímulos estresores académicos.....	25
2.3.3. Manifestación del estrés .....	25
2.3.4. Síntomas del estrés académico .....	26
2.3.4.1. Síntomas físicos.....	26
2.3.4.2. Síntomas cognitivos.....	27

4.3.4.3. Síntomas emocionales .....	27
4.3.4.4. Síntomas conductuales .....	27
4.3.4.5. Síntomas sociales.....	27
2.3.5. Causas del estrés académico.....	28
2.3.6. Prevención y afrontamiento del estrés académico.....	28
2.4. Atención .....	29
2.4.1. Definición de atención.....	29
2.4.2. Test de atención d2 .....	29
2.4.3. Niveles de atención.....	29
2.4.2. Tipos de atención.....	29
2.4.3. Características de la atención .....	30
CAPÍTULO III. METODOLOGIA.....	31
3.1. Enfoque o corte de investigación.....	31
3.2. Diseño de investigación.....	31
3.3. Tipo de la investigación.....	31
3.3.1. Por los objetivos .....	31
3.3.1.1. Básica .....	31
3.3.2. Por el lugar .....	31
3.3.2.1. De campo.....	31
3.3.3. Por el nivel o alcance.....	31
3.3.3.1. Correlacional .....	31
3.3.4. Por el tiempo.....	32
3.3.4.1. Transversal .....	32
3.4. Técnicas e instrumentos de investigación .....	32
3.5. Población y muestra .....	32
3.5.1. Población .....	32
3.5.2. Muestra .....	32
3.6. Aspectos éticos .....	33
3.7. Métodos de análisis, y procesamiento de datos.....	33
CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....	34
4.1. Resultados del test de estrés académico .....	34
4.1.1. Preocupación o nerviosismo.....	34

4.1.2. Nivel de preocupación o nerviosismo .....	35
4.1.3. Análisis de resultados de Inventario Sisco de estrés académico .....	36
4.1.3.1. Estresores.....	37
4.1.3.2. Síntomas físicos.....	38
4.1.3.3. Síntomas psicológicos .....	40
4.1.3.4. Síntomas comportamentales .....	41
4.2. Aplicación del test de la atención D2 .....	44
4.2.1. Total de respuestas (TR).....	44
4.2.2. Total de aciertos (TA) .....	45
4.2.3. Omisiones .....	46
4.2.4. Comisiones .....	47
4.2.5. Índice de efectividad total de la prueba (TOT).....	48
4.2.6. Índice de concentración (CON).....	49
4.2.7. Índice de variación o diferencia (VAR) .....	50
4.4. Relación entre el estrés académico y la atención .....	51
<b>BIBLIOGRAFÍA .....</b>	<b>56</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Interpretación de puntuaciones de inventario SISCO de estrés académico	23
<b>Tabla 2.</b> Variables de investigación	32
<b>Tabla 3.</b> Preocupación o nerviosismo	34
<b>Tabla 4.</b> Nivel de preocupación o nerviosismo	35
<b>Tabla 5.</b> Análisis global	36
<b>Tabla 6:</b> Estresores	37
<b>Tabla 7:</b> Síntomas físicos	38
<b>Tabla 8.</b> Síntomas psicológicos	40
<b>Tabla 9.</b> Síntomas comportamentales	41
<b>Tabla 10.</b> Estrategias de afrontamiento	43
<b>Tabla 11.</b> Total de respuestas (TR)	44
<b>Tabla 12.</b> Total de aciertos (TA)	45
<b>Tabla 13.</b> Omisiones	46
<b>Tabla 14.</b> Comisiones	47
<b>Tabla 15.</b> Índice de efectividad total de la prueba (TOT)	48
<b>Tabla 16.</b> Índice de concentración (CON)	49
<b>Tabla 17.</b> Índice de variación o diferencia (VAR)	50

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> Fases del estrés	26
<b>Figura 2.</b> Preocupación o nerviosismo	34
<b>Figura 3.</b> Nivel de preocupación o nerviosismo	35
<b>Figura 4:</b> Principales estresores	38
<b>Figura 5.</b> Principales síntomas físicos	40
<b>Figura 6.</b> Principales síntomas psicológicos	41
<b>Figura 6.</b> Principales síntomas comportamentales	42
<b>Figura 8.</b> Estrategias de afrontamiento	44
<b>Figura 9.</b> Total de respuestas (TR)	44
<b>Figura 10.</b> Total de aciertos (TA)	45
<b>Figura 11.</b> Omisiones	46
<b>Figura 12.</b> Comisiones	47
<b>Figura 13.</b> Índice de efectividad total de la prueba (TOT)	48
<b>Figura 14.</b> Índice de concentración (CON)	49
<b>Figura 15.</b> Índice de variación (VAR)	50

## **RESUMEN**

La población estudiantil está bajo una serie de eventos académicos que hacen que agoten su energía física y su estabilidad psicológica, originando el estrés académico y con el diferentes síntomas y signos, siendo uno de ellos la falta de atención que influye en nuestro comportamiento y emociones. Por lo tanto, el objetivo fue determinar el estrés académico en la atención en los estudiantes de la “Unidad Educativa Pensionado Americano International School” Riobamba, teniendo como resultados en el inventario SISCO que el 95% de los estudiantes presentaron algunas veces o casi siempre preocupación, mientras que los estresores fueron la sobrecarga de tareas y las evaluaciones de los profesores, dando paso a síntomas como somnolencia, ansiedad, angustia, y el aumento o reducción del consumo de alimentos, mientras que en el test D2 de atención en total de respuestas los estudiantes se encontraron en un nivel medio alto, en el total de aciertos en nivel medio bajo, en omisiones en nivel bajo, en comisiones en medio bajo, en índice de efectividad total de la prueba en nivel bajo, Índice de concentración en nivel medio alto y el índice de variación en nivel alto, lo que repercute en no poder cumplir de manera satisfactoria las actividades académicas, ocasionando otro problema que suma al estrés como son las bajas calificaciones, por ende, se puede mencionar que el estrés académico tiene cierta influencia en los estudiantes, que muchas de las ocasiones no tienen una estrategia para poder afrontar el estrés, es por ello que mediante simples sesiones de relajación puede mejorar la salud psicológica y física.

**Palabras claves:** Estrés, académico, atención, test D2, SISCO, estudiantes, síntomas, signos.

## ABSTRACT

The student population is under a series of academic events that cause them to exhaust their physical energy and psychological stability, originating academic stress and with it different symptoms and signs, being one of them the lack of attention that influences our behavior and emotions. Therefore, the objective was to determine the academic stress in the attention in the students of the "Unidad Educativa Pensionado Americano International School" Riobamba, having as results in the SISCO inventory that 95% of the students presented sometimes or almost always worry, while the stressors were the overload of homework and professor evaluations, giving way to symptoms such as drowsiness, anxiety, anxiety, and increased or reduced food consumption, while in the D2 test of attention in total responses students found in a medium high level, in the total of hits in medium low level, in omissions in low level, in commissions in medium low level, in total effectiveness index of the test in low level, concentration index in medium high level and the variation index in high level, which has repercussions in not being able to fulfill in a satisfactory way the academic activities, causing another problem that adds to stress such as low grades, therefore, it can be mentioned that academic stress has some influence on students, who many times do not have a strategy to cope with stress, which is why through simple relaxation sessions can improve psychological and physical health.

**Key words:** Stress, academic, attention, D2 test, SISCO, students, symptoms, signs.



MARITZA DE LOURDES  
CHÁVEZ AGUAGALLO

Reviewed by:  
Mgs. Maritza Chávez Aguagallo  
**ENGLISH PROFESSOR**  
c.c. 0602232324

## CAPÍTULO I. INTRODUCCION

El presente trabajo de investigación aborda como tema "El estrés académico en la atención los estudiantes de la Unidad Educativa "Pensionado Americano International School." Riobamba, siendo una temática de importancia en la actualidad, debido a que el estrés forma parte de un problema a nivel de salud pública, donde la población estudiantil no es ajena a poder tener este trastorno, ya que muchos de los estudiantes están bajo una serie de eventos emocionales, personales y académicos que hacen que agoten su energía física y su estabilidad psicológica, en el caso de los eventos académicos, los estudiantes pueden llegar a visualizarlas como amenazadoras más que beneficiosas, teniendo como resultado que el individuo entra en riesgo el bienestar sistémico, ocasionando de esta manera el estrés académico (Sánchez, 2022)

Durante el año 2019 se obtuvieron datos de un alto nivel de estrés en la población ecuatoriana (33%), porcentaje que se encuentra vinculado a los esfuerzos que realizan las personas para superar obstáculos y mejorar su calidad de vida. Por lo que se puede mencionar que el estrés se produce en la interacción sujeto-ambiente, y se presenta cuando la persona hace una valoración negativa de sus recursos para hacer frente a los eventos ambientales, poniendo en peligro su bienestar personal (Vallejo, 2022).

Ahora bien, al centrarse en los estudiantes adolescentes, estos presentan cambios biológicos ocasionados por la pubertad propios de la su edad, al cual se suma el sobrellevar cargas académicas que muchas de las ocasiones sobrepasan sus esfuerzos, además que también cursan una etapa de cambios e interacción social, ocasionando que puedan sufrir de estrés, que se presenta mediante síntomas físicos y emocionales, percibidas como amenazas para su integridad biológica y psicológica, por ejemplo generando que una persona se sienta furioso, frustrado, nervioso, deprimido, triste, con falta de atención, entre otras (Fretel Quiroz et al., 2022).

Es así que los estudiantes son una población constantemente expuesta a situaciones estresantes, este trastorno se presenta al responder a las demandas y desafíos, tanto internos como externos en su formación académica, que está determinado por la interacción de diversas variables como la disposición del tiempo, la motivación, las estrategias de afrontamiento y factores relacionados con las características sociodemográficas de cada individuo. Ahora bien, según Castillo (2018) los entornos de aprendizaje tienen demandas diferentes, lo que ha aumentado considerablemente el estrés de los niños y adolescentes, provocando una serie de reacciones que pueden resultar en falta de atención, distracción o en la disminución de su concentración en el ámbito educativo.

En otras palabras, una buena adaptación social y habilidades pertinentes puede facilitar a consolidar una autoimagen y una personalidad estable, el cual va a influir dentro del ámbito social, académico y personal del estudiante. Pero, por lo contrario, un nivel de estrés elevado no le permitirá dar su 100% en sus diferentes actividades cotidianas, afectando varias áreas importantes en su vida, ocasionando la aparición de síntomas tanto emocionales y físicos, perjudicando su salud. Al respecto Sánchez (2018) menciona que diversos estudios han demostrado que los estudiantes de primer año tienen mayores niveles de estrés académico

que sus pares de sexto curso y esto se relaciona con factores como la superación del proceso de cambio académico, el desarrollo de estrategias de adaptación y el aumento del compromiso

El estrés académico, desemboca en diferentes síntomas y signos, siendo uno de ellos la falta de atención que es un proceso influido tanto por lo que hemos aprendido previamente, pero también está influido por aspectos motivacionales y expectativas que pueden modificar la forma en que se desarrolla y se realiza está. La atención influye en nuestro comportamiento y emociones, dando lugar a una miríada de experiencias conscientes que conducen a un comportamiento socialmente adaptativo (Claramonte y Duran, 2018).

Por lo tanto, al asistir a un centro de educativo existe cambios en la forma en que se aborda el aprendizaje a nivel personal, es por esta razón que es de suma importancia estudiar el estrés académico y como afecta a nivel académico en relación con las funciones ejecutivas, siendo más específico la atención, siendo esta la variable independiente al hacer referencia a la importancia en la vida de los jóvenes, al ser uno de los factores más predictores dentro de la adaptación académica, social y personal.

Por esta razón, el propósito de esta investigación es identificar cómo el estrés académico puede afectar la atención en los estudiantes y del mismo modo conocer la relación entre estas dos variables, para lo cual se ha considerado realizar una investigación y exploración de estudios previos para la identificación de su relación, que aporten a los datos obtenidos mediante la aplicación de métodos e instrumentos de obtención de información aplicada en la población de estudio. La metodología en la que se basa la presente investigación es cuantitativa, el diseño es no experimental, de alcance correlacional, ya que permitirá relacionar el nivel estrés académico y las dimensiones de la atención.

Por lo mencionado anteriormente el presente proyecto de investigación estudia la falta de atención causada por estrés académico en los estudiantes de la Unidad Educativa "Pensionado Americano International School" Riobamba.

La investigación se compone de los siguientes capítulos que se detallan a continuación:

**CAPÍTULO I:** Se describe los antecedentes de estudio, la identificación del problema y formulación del problema, objetivo general y específicos que orientan la investigación, finalmente la justificación.

**CAPÍTULO II:** Manifiesta el marco teórico, donde se expone las variables de estudio y bases teóricas que sustentan la investigación.

**CAPÍTULO III:** Comprende la metodología de la investigación, que incluye el ámbito de estudio, tipo de investigación, nivel de investigación, método de investigación, diseño de investigación, población, muestra, técnica e instrumentos de recolección de datos, procesamiento de recolección de datos y técnicas de procedimientos y análisis de datos.

**CAPÍTULO IV:** Se presenta los resultados, que incluye el análisis e interpretación de datos obtenidos después de la aplicación de los instrumentos en los estudiantes de la Unidad

Educativa "Pensionado Americano International School", a través de los métodos estadísticos pertinentes a este tipo y nivel de investigación,

**CAPÍTULO V:** Se presenta las conclusiones obtenidas de la investigación realizada y recomendaciones.

## **1.1. Antecedentes investigativos**

Con finalidad de proporcionar fundamentación al trabajo “Estrés académico en la atención de los estudiantes de la Unidad Educativa “Pensionado Americano International School.” Riobamba, es necesario una revisión de antecedentes relacionados al tema, como se muestran a continuación:

Guzmán y Mortigo (2019) en su investigación “Qué factores influyen y en qué nivel de estrés académico se encuentran los estudiantes de psicología de la jornada nocturna del Politécnico Grancolombiano”, los autores aplicaron el inventario de SISCO con finalidad de identificar estos factores y saber en qué nivel de estrés académico se encuentran los alumnos mediante una escala de Likert, el inventario está compuesto por 31 reactivos, los cuales hacen referencia a respuestas fisiológicas, cognitivas y psicológicas que dan a conocer las situaciones específicas que generan estrés en 30 estudiantes, teniendo como resultado que los efectos negativos del estrés en una persona pueden afectar de manera considerable su productividad en las actividades que realiza, se argumenta que las universidades tienen el deber de estar conscientes de su responsabilidad en torno al tema, con el fin de que tomen medidas tales como convertir sus espacios en sitios seguros y adecuados para el estudio.

Lasluisa (2020) en su estudio denominando “El estrés académico y su relación con el rendimiento académico en una muestra de adolescentes” menciona que los estudiantes de la Unidad Educativa Particular quienes cursan el Primer Año de Bachillerato del periodo académico 2019-2020, teniendo una muestra de estudio de 154 estudiantes, la cual se llevó con un enfoque empírico cuantitativo, de alcance descriptivo correlacional y corte transversal. Los cuestionarios aplicados a los estudiantes fue el Inventario SISCO de estrés Académico y la escala de autoestima en adolescentes AUD-DAT. Obteniendo resultados que muestran la presencia de estrés académico moderado, además de obtener que el estrés académico no es predictor del rendimiento académico, por lo que este autor hace mención en si guarda relación con las variables demográficas.

El estudio realizado por Indacochea Mendoza et al. (2021) en su investigación “El estrés académico durante la emergencia sanitaria y sus afectaciones en las funciones básicas cognitivas: memoria, concentración lenguaje, pensamiento”, cuya población de estudio fue de 105 adolescentes que cursan el sexto y séptimo semestre de la Carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato, mediante una metodología de modo transversal, se aplicó la modalidad de campo, descriptiva y correlacional, la técnica de recolección de información fue el inventario de estrés académico SISCO, presentando resultados como que el 40% tiene sobrecarga de tareas, pero sin duda las evaluaciones, el escaso entendimiento de los temas abordados, la pedagogía tradicional, la concentración, el razonamiento limitan el rendimiento y desempeño escolar.

Por su parte, Villarroel y Cruz (2021) en su estudio “Relación entre sesiones de atención plena y el nivel de estrés en estudiantes universitarios” mediante una metodología cuasiexperimental de diseño estático con dos grupos con medición post-intervención. La población de estudio se conformó de 58 personas, teniendo la mitad para control y la otra en la cual se va a realizar la intervención. El análisis estadístico se llevó a cabo mediante el paquete estadístico IBM SPSS v21, para obtener los datos se aplicó las pruebas de

normalidad para escala SISCO SHAPIRO\_WILKS. Teniendo como resultados tales como que en las situaciones estresantes expuestas en el inventario SISCO no existe variables con diferencias significativas entre los que asistieron a las sesiones, en cuanto se refiere a las reacciones físicas y comportamentales, existen diferencias entre quienes asistieron, además si bien la investigación se realizó bajo simulación, es posible proyectar el efecto positivo que puede tener la futura vida laboral.

## **1.2. Planteamiento del Problema**

En la actualidad, la sociedad vive constantemente apresurada, acelerada y a menudo estresada, siendo este estrés una carga emocional y física generada por diversas necesidades de su entorno, en caso de los estudiantes de bachillerato se presenta por la cantidad de actividades que le provocan desánimos, preocupación, decepción, entre otras. Aunque, también existen otros factores que influyen, como su estilo de vida, ausencia de actividad física, alimentación inadecuada, la falta de actitud positiva, adicción a las redes sociales, entre otras (Peinado, 2018).

A nivel mundial el 32% de los adultos y el 48% de los adolescentes experimentan estrés, según la American Psychological Association (2021), lo que dificulta la toma de decisiones básicas. Mientras que según Sadler (2021) menciona que 5 de cada 10 personas a nivel mundial admiten estar estresadas y en el año 2020 el 49% de la población total dijo estar estresada por diversos factores presentados en su vida.

En cuanto se refiere al estrés en América Latina y el Caribe, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) expone que el 47.7% de adolescentes con edades comprendidas entre los 10 y 19 años ha presentado estrés, esta situación se produce después de que la pandemia por COVID-19, ya que generó un cambio total en la vida de cada persona, originando un sinnúmero de factores de riesgo para la salud mental (Sánchez, 2021).

Ahora bien, según el UNICEF en Ecuador, 4 de cada 10 niños, niñas y adolescentes se encuentran estresados, y 3 muy angustiados o estresados, en especial los que cursan estudios de licenciatura o superior. Es por ello que los estudiantes pueden estar expuestos a sufrir de estrés académico, ya que guardan su preocupación debido a su aprendizaje, ocasionando que tenga problemas en su rendimiento académico, debido a que no pueden concentrarse para llegar a comprender algún contenido, además, los estudiantes no pueden adaptarse al ambiente escolar y mantener relación académica con sus docentes y compañeros.

Según datos proporcionados por el Instituto Nacional de Estadística y Censo INEC (2019), el estrés afecta al 33% de la población infantil con relación a la provincia de Pichincha. Por ello, el gobierno ha desarrollado un proyecto denominado “Escuelas para Padres”, a cargo de algunos docentes de escuelas públicas, para buscar el bienestar emocional de los alumnos a través de la reducción de los niveles de estrés en la infancia.

Mientras que en la ciudad de Riobamba en la Unidad Educativa Pensionado Americano International School de acuerdo con el departamento de consejería estudiantil (DECE) se evidencia que los estudiantes al estar en constantes cambios en su educación debido a la pandemia y con los diversos cambios de metodologías de enseñanzas que esta ocasionó, ha generado que se presente diferentes sintomatologías provocadas por el estrés, lo cual

repercute en reacciones físicas y psicológicas como trastornos del sueño, sentimientos de tristeza, dolores de cabeza, aislamiento de los demás, entre otros. Además de ocasionar dificultades de atención, presentando varios problemas como olvidos, pérdida de la memoria, falsos recuerdos y un bajo rendimiento académico, es decir, se produce un desfase lo cual no permite que asimile lo enseñado en el aula de clase.

Por lo planteado anteriormente se deriva la siguiente pregunta:

¿El estrés académico en los estudiantes de la “Unidad Educativa Pensionado Americano International School” se relaciona con la atención, ocasionando un deficiente aprendizaje y habilidades cognitivas, perceptivas y emocionales?

### **1.3. Justificación**

El estrés se puede producir en el hogar, trabajo y en la escuela, es por ello que la importancia de la presente investigación es el de conocer si el estrés académico presenta alguna relación en la deficiente atención de los estudiantes en el proceso de aprendizaje, ya que en la actualidad al pasar por una pandemia el estudiante ha llegado a tener una sobrecarga emocional, donde se ve afectado en la carga de tareas y compromisos estudiantiles que durante la pandemia no acarreo, ocasionando que su atención sea deficiente, en especial al realizar trabajos autónomos, ejecutar pruebas o realizar trabajo grupales. Además de otros síntomas y signos ya sean físicos, psicológicos y comportamentales.

Además, es de gran impacto, el aporte del proyecto investigativo, ya que el estrés académico se encuentra en auge en la actualidad, especialmente al pasar por una pandemia, donde los estudiantes tuvieron que adaptarse a metodologías de estudio basados en TIC en clases virtuales, y posteriormente regresar a tener un sistema presencial, ocasionando patologías a nivel somático del estudiante, es por ello que se debe tener en consideración este factor en el ámbito estudiantil.

Siendo los alumnos de 1ro, 2do y 3ro de bachillerato general de la menciona institución educativa los beneficiarios, al conocer sus niveles de estrés y como esta afecta a su atención. Por ende, los beneficios de conocer si el estrés académico presenta o no relación con el estrés se ve en el proceso de enseñanza-aprendizaje del estudiante, ya que al estar concentrado puede asimilar el contenido expuesto por el docente, mientras que al no tener una buena atención el nivel académico tiende a bajar notablemente. Es por ello que una de las variables de estudio es el estrés académico, el cual constituye un factor de importancia durante la vida estudiantil de los adolescentes, que deben contar con una gestión de bienestar a nivel físico como mental en su proceso de formación.

Para que el proyecto cuente con la factibilidad deseada se cuenta con el apoyo de las autoridades de la Unidad Educativa “Pensionado Americano International School.” Riobamba, así como de sus estudiantes a los cuales se les aplicó el inventario SISCO y el test D2, permitiendo de esta manera poder obtener los datos necesarios para el desarrollo del estudio, dando paso a la viabilidad del proyecto, ejecución y finalización de manera satisfactoria. Finalmente, el estrés académico, al ser un problema mundial, se están llevando a cabo diferentes estudios, por lo cual el autor decidió realizar el presente estudio para identificar la problemática a nivel local.

## **1.4. Objetivos**

### **1.4.1. General**

- Determinar el estrés académico en la atención en los estudiantes de la “Unidad Educativa Pensionado Americano International School” Riobamba.

### **1.4.2. Específicos**

- Identificar los niveles predominantes de estrés académico en los estudiantes de la “Unidad Educativa Pensionado Americano International School” Riobamba.
- Establecer las dimensiones de atención que presentan los estudiantes en la “Unidad Educativa Pensionado Americano International School” Riobamba.
- Determinar la relación entre el estrés académico y la atención, en los estudiantes de la “Unidad Educativa Pensionado Americano International School” Riobamba.

## **CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Estrés**

El estrés en términos biológicos se define como un estado de activación simpático adrenal y neuroendocrino, que se acompaña de inhibición inmunitaria y conductas emocionales negativas (indefensión, miedo, ansiedad, depresión), de esta manera, se describe que a nivel fisiológico el estrés genera cambios significativos dentro del organismo de las personas (Lasluisa, 2020).

Por otra parte, la manera de reaccionar del organismo a un cambio es el estrés, lo que permite vivir dentro de un entorno cambiante, por ende, cuando una persona no llega a adaptarse al cambio, puede sufrir enfermedades psicológicas y físicas (Peinado, 2018). En otras palabras, el estrés es una reacción física y psicológica en donde la persona está en contacto con el ambiente estresor en el que se encuentre.

#### **2.1.1. Eustrés**

Cuando es el estrés es beneficioso, se lo denomina eustrés o estrés positivo, Este se presenta en personas que pueden enfrentar situaciones complicadas en su vida mediante optimismo, satisfacción, alegría y energía vital, disfrutando de los momentos que le toca vivir sin temores a circunstancias que pueden ocurrir de manera inevitable, por lo que usualmente las personas tienen un punto de vista errónea del estrés, ya que no siempre es negativo y ocasiona enfermedades físicas y psicológicas (Silva Cevallos, 2020).

#### **2.1.2. Distrés**

Cuando el estrés es desagradable, como en el caso de una enfermedad crónica, se le denomina distrés o estrés negativo. Ocasionando algunos síntomas físicos y emocionales, que puede ser causado por trabajo, familia o el entorno. Cuando el estrés es negativo neutraliza la respuesta norma que se tendría ante una posible solución al problema o agente estresante, recayendo en un estado de tristeza, ira, ansiedad, entre otros (Silva Cevallos, 2020).

### **2.2. Niveles predominantes del estrés académico**

#### **2.2.1. Inventario SISCO de estrés académico**

Para evaluar el estrés académico de los estudiantes en esta investigación se usará el Inventario SISCO de estrés académico de Barraza Macías (2007), la cual permite reconocer las características y el nivel de intensidad del estrés académico, consta de 31 ítems que evalúan si el sujeto tiene estrés académico. Los ítems tienen una escala tipo Likert para evaluar la intensidad del estrés académico que consta de “Nunca, Pocas veces, A veces, Casi siempre, Siempre”, las dimensiones que evalúa son estresores académicos, síntomas (físicos, psicológicos y comportamentales) y estrategias de afrontamiento, se aplica de forma individual y toma alrededor de 10 minutos aplicarla. Tiene una confiabilidad en Alfa de Cronbach de 0.90 y una validez de evidencia con relación a la estructura interna encontrada mediante un análisis factorial y un análisis de consistencia. En cuanto a la calificación e

interpretación de la escala, se inicia con la sumatoria de las respuestas obtenidas por el participante, seguidamente, se procede a determinar la interpretación correspondiente.

-Consta de un ítem de filtro, en términos dicotómicos (SI-NO) que permite determinar si el encuestado es o no candidato a contestar el cuestionario, seguido de un ítem que va de escala de tipo Likert, es decir, de cinco valores numéricos (de 1 a 5, donde 1 es poco y 5 es mucho) permitiendo identificar el nivel autopercebido de estrés académico.

-Ocho ítems de cinco valores categóricos (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) que permiten identificar los estímulos estresores como son la competencia con compañeros del grupo; la sobrecarga de tareas y trabajos escolares; la personalidad y el carácter del profesor; las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación); el tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc); no entender los temas que abordan en clases; participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc) y tiempo limitado para hacer el trabajo.

15 ítems que identifican la frecuencia en la que se presentan los síntomas o reacciones al estresor y 6 ítems que permiten conocer las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes (Silva Ramos et al., 2020).

A continuación, se presenta la interpretación de las puntuaciones totales del Inventario SISCO.

**Tabla 1.** Interpretación de puntuaciones de inventario SISCO de estrés académico

<b>Puntuación</b>	<b>Interpretación</b>
<b>Dimensión estresores</b>	
0-15	Leve
16-30	Moderado
31-45	Severo
<b>Reacciones físicas</b>	
0 a 10	Leve
11 a 20	Moderado
21 a 30	Severo
<b>Reacciones psicológicas</b>	
0 a 12	Leve
13 a 23	Moderado
24 a 35	Severo
<b>Estrategias de afrontamiento</b>	
0 a 13	Leve
14 a 26	Moderado
27 a 40	Severo

**Fuente:** Inventario SISCO

## **2.2.2. Tipos de estrés en base a su duración**

### **2.2.2.1. Estrés agudo**

Este tipo de estrés es que usualmente adquieren las personas a causa de las exigencias que nos imponen los demás o nos autoimponemos, que es nutrida con avances de un futuro cercano o a su vez con relación a un pasado reciente, está puede llegar a ser positiva en mínimas proporciones, pero si la proporciones son mayores puede terminar en consecuencias severas de salud física y mental. Es de fácil curación al no durar mucho, sus principales señales son:

**Complicaciones gástricas:** Síntomas estomacales como acidez, dolor abdominal, diarrea, estreñimiento, entre otras.

**Emociones perjudiciales:** Ansiedad, frustración, depresión, miedo, entre otros.

**Malestar muscular:** Dolores de cabeza, cuello, espalda y contracturas

**Agitación del sistema nervioso:** Síntomas como aumento de presión sanguínea, taquicardia, sudoración excesiva, náuseas y ataques de migraña.

### **2.2.1.2. Estrés agudo episódico**

Es el más común tratado por los psicólogos, nace en personas con una vida agitada con exigencias que supera su realidad, ya que tienden a asumir responsabilidades que con el tiempo no pueden sobrellevar, por lo que siempre están irritados, ansiosos, lo cual genera un problema al desarrollarse con su entorno, ya sea laboral o académico.

Los síntomas que pueden relacionarse a tipo de estrés son dolores de cabeza, agitación prolongada, enfermedades cardiacas, hipertensión, entre otros. Por ello se requiere tratamiento profesional que puede prolongarse por meses, ya que en el caso de no hacerlo puede desencadenar otros males que afectan al organismo.

### **2.2.1.3. Estrés crónico**

Cuando se está expuesta a situaciones extremas por ejemplo situaciones de extrema pobreza o guerras, también puede provenir de un trauma experimentado en la niñez, modificando así la realidad de valores que padece el individuo. Por lo que es el estrés más grave, siendo dañino para el estado de salud psicológico del paciente, además de físicas que puede ocasionar secuelas para toda su vida.

Las personas en la mayoría de las ocasiones no están conscientes que le padecen, pues dejan de darle importancia o su mente se acostumbra a tener al no poder enfrentarse al contexto normal , por lo que considera tan común que ya es parte de sus vidas, ocasionando enfermedades en los diferentes sistemas del organismo, así como de cambios conductuales, ocasionando depresión y ansiedad, siendo un factor de riesgo de suicidio (Silva Cevallos, 2020).

## **2.3. Estrés académico**

### **2.3.1. Definición del estrés académico**

Muñoz García (2018) indica que el “estrés académico se refiere a los procesos cognitivos y afectivos que permiten a los estudiantes percibir el impacto que causan los estresores

académicos donde estudiantes y profesores se pueden ver afectados por el estrés. Es una molestia común experimentada por los estudiantes (en varias etapas de estudio) para afrontar el contexto escolar en rendimiento académico, habilidad metacognitiva para resolver problemas y relacionarse con sus compañeros. Este malestar se manifiesta como miedo, frustración, ira, apatía, aislamiento, conflicto, pensamientos de imposibilidad, dificultad para resolver situaciones, subestimación de sí mismo y una variedad de comportamientos. Por supuesto, es importante prestar atención a todos estos factores porque diferentes menores se expresan de manera diferente.

Desde un modelo cognoscitivista el estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptivo y esencialmente psicológico que se presenta cuando estos estresores provocan un desequilibrio sistémico que se manifiesta en una serie de síntomas, también cuando el alumno se ve sometido en contextos escolares que son estresores (Peinado, 2018).

### **2.3.2. Estímulos estresores académicos**

Según Méndez (2020) un estresor es una situación que sucede de manera inesperada, un accidente o contratiempo que nos sobreviene a nivel personal, laboral o académico. Por lo general, un factor estresante es algo que sucede de una manera que aparece repentinamente en la vida de una persona, como la muerte, enfermedad, cambio, acumulación de trabajo, etc., y se percibe como una amenaza o negativo.

En otras palabras, el factor que desencadena la reacción estresante se le conoce como estresor, si se le relaciona al ámbito educativo este estresor se le puede definir como un estímulo relacionado a la actividad académica, como pueden ser:

- Las tareas diarias de manera constante, ya sea dentro o fuera de la unidad educativa.
- Mala comunicación en grupos de trabajo.
- El estudiante debe manejar una gran carga de responsabilidades.
- El desempeño académico se ve afectado si se encuentra en un lugar inadecuado.
- El tiempo en que debe realizar las tareas y actividades es reducido.
- La comunicación con los docentes es inadecuada, hasta llegar el punto de tener problemas.
- Constantes exámenes.
- Dificultad en para entender las tareas o trabajos escolares (Rosales Fernández, 2016).

Estos y otros posibles estresores académicos aparecen en el ambiente escolar en donde el estudiante se desenvuelve, es por ello que se considera de importancia la relación particular del individuo y del entorno, que debe ser percibido por sí mismo, si es un ambiente amenazante o desbordante, es así que estos estresores académicos pueden afectar en diferentes áreas sociales en la que se desenvuelve el estudiante.

### **2.3.3. Manifestación del estrés**

Si bien inicialmente el estrés es normal y provechoso, ya que a través de ella se puede responder a exigencias y demandas del medio, pero con el trascurso del tiempo tanto la mente como el cuerpo piensa agotarse disminuyendo su rendimiento.

La fase de alarma también es denominada como de movilización, por lo que es la primera fase de activación, ya que el organismo se percata del agente estresor, activando el sistema nervioso simpático haciendo que los recursos energéticos necesarios para luchar ante el agente, generando síntomas físicos como sudoración, ritmo cardiaco, entre otros.

Para poder prevenir etapas de alto nivel de estrés y prevenir esta baja en el rendimiento se lo denomina fase de resistencia o también conocida como adaptación, se da si el estresor se mantiene y el proceso de alarma continúa, por ende, el organismo tiende a usar los recursos energéticos disponibles, los sistemas y órganos innecesarios disminuyen su función, ya que la energía es direccionada a combatir la emergencia, ocasionando problemas de sistemas digestivo y reproductivo, además de provocar agotamiento.

Posteriormente se da enseguida de la fase agotamiento o también denominada de colapso, donde el estímulo se vuelve continuo y persistente, haciendo que el cuerpo colapse al agotarse su energía, ocasionando desequilibrio a nivel psicológico y físico. Haciendo que el individuo pierda la capacidad de desempeñarse normalmente (Lasluisa Chacha, 2020). En otras palabras, en el caso que el cuerpo se siga exigiendo a pesar del agotamiento, y no se llegue a hacer una pausa para recuperarse se podría entrar en la fase de cronificación, llegando a tener manifestaciones físicas, psicológicas y en la conducta, cabe mencionar que cuando estas se presentan es necesario tomar medidas preventivas (Guzman & Mortigo, 2019).



**Figura 1.** Fases del estrés

**Fuente:** (Guzman & Mortigo, 2019).

### 2.3.4. Síntomas del estrés académico

Según Ocampos (2021), los signos de estrés académico pueden variar mucho de un estudiante a otro. Sin embargo, los síntomas se pueden categorizar, de manera que sea más fácil identificar los síntomas.

#### 2.3.4.1. Síntomas físicos

Algunos estudiantes muestran síntomas físicos y reactivos en situaciones estresantes relacionadas con el aprendizaje. Muchos de ellos se limitan cada día incluso a la hora de asistir a clases o al propio examen. Algunos ejemplos de tales reacciones son: dolor de cabeza, morderse las uñas, dolor de estómago, vómitos, diarrea, agotamiento físico, dolor de

espalda, gripes, fatiga, insomnio, dolor muscular, bruxismo, taquicardia, aumento o disminución del apetito, gestos que expresan la molestia del individuo, entre otros.

#### **4.3.4.2. Síntomas cognitivos**

Pensamientos de no poder, pensamientos de subestimarse, pensamientos de no poder lograrlo todo, pensamientos de bloqueo, pensamientos de dificultad para concentrarse, dificultades para recordar y pensar, etc. “Es inútil”, “No creo que saque esta nota”, “Todo es demasiado difícil”, “No recuerdo nada de lo que estudié”, etc.

Estos son algunos de los pensamientos e ideas que finalmente causan malestar emocional y estrés. A esto se suma el hecho de que son incapaces de cambiar su situación por falta de herramientas y caen en un “bucle” de negación y pesimismo. Todo esto aumenta el estrés y complica la situación.

#### **4.3.4.3. Síntomas emocionales**

Las emociones expresadas con mayor frecuencia en situaciones de estrés de aprendizaje son el nerviosismo, la angustia, el agobio, las ganas de seguir llorando, la ira, la frustración, la apatía, la tristeza y el miedo. Así que la clave está en prestar atención para ayudarle a manejar estos estados emocionales.

Conllevando a mencionar que la autoestima condiciona el aprendizaje, ya que es la autoestima es el centro en la forma de sentir, pensar y actuar, es por ello que el aprendizaje este subordinado a las actitudes básicas, que favorezca la integración de la estructura mental del alumno, generando atención y concentración. Cuando un estudiante presenta una baja autoestima se ve reflejada en su atención, y con ello en el rendimiento académico, permitiendo un autodesprecio, cayendo así en un círculo vicioso. Por otra parte el individuo que presenta una buena autoestima puede hacer frente a los problemas y fracasos, por lo que el papel de los padres y educadores es velar que los estudiantes es velar que el estudiante presente una buena autoestima (Peinado, 2018),

#### **4.3.4.4. Síntomas conductuales**

Según Ocampo (2021) A nivel conductual, el comportamiento de los estudiantes varía ampliamente. Desde el comportamiento de evitación (no tratar de aprender porque cree que no aprenderá) hasta el aprendizaje durante horas.

Algunos estudiantes también comienzan a tomar bebidas energéticas o café por la tarde o por la noche para dormir mejor. Como resultado, dificulta el sueño y el descanso. Esto a su vez provoca más irritación durante el día, lo que lleva a varios conflictos.

#### **4.3.4.5. Síntomas sociales**

Existen estudiantes que dejan de salir y no se juntan con sus amigos, su vida social se desvanece y evitan escapadas para despegarse y divertirse porque mucha gente cree que está fracasando, que está perdiendo el tiempo y que no se lo puede permitir. Esto sucede también con actividades extraescolares o deportivas, pensando que lleva tiempo, así que lo pospone.

Esto a veces causa conflicto, ya que la madre o el padre los alienta a asistir y mantenerlos siguiendo la rutina.

Se indican varios síntomas comunes y se dividen en cuatro categorías. Cada adolescente experimenta el estrés escolar de manera diferente, pero es importante saber prestar atención, redirigir y ayudar.

### **2.3.5. Causas del estrés académico**

Escobar et al. (2018), A la luz de lo anterior, dice que el estrés académico puede tener una variedad de causas o estresores, que siempre estarán ligados al entorno educativo, lo que dará lugar a síntomas psicógenos debido a una gran carga académica en el estudiante dependiendo de cómo cada individuo lo afronte. En este contexto, las propias instituciones educativas pueden ser perjudiciales y pueden ser una fuente de estrés, ya que factores como un número excesivo de estudiantes pueden promover la competencia entre estudiantes por la falta de cuidado y atención adecuada a las necesidades de cada estudiante.

Maneras dañinas de desarrollar valores negativos entre compañeros, exceder las normas, prohibiciones y autoritarismo, ignorar las necesidades de los estudiantes puede causar malestar educativo, y también los programas escolares con lecciones, tareas y contenido de trabajo exagerados pueden llevar a que el estudiante desarrolle este tipo de estrés. Por otro lado, además de la influencia de las instituciones educativas, la incompetencia laboral puede ser un factor que provoque estrés académico debido a la ausencia de métodos de enseñanza ajustados a las necesidades de los estudiantes y en ocasiones a la actitud de síntomas traumáticos que presentan los docentes. De la misma manera, los exámenes pueden causar este tipo de estrés porque solo provocan miedo y pánico en los estudiantes antes de que sean un medio para evaluar sus habilidades (Gil Álvarez & Fernández Becerra, 2021).

### **2.3.6. Prevención y afrontamiento del estrés académico**

Una vez que se han identificado las causas del estrés es necesario prevenir los efectos, mediante algunas estrategias que ayudan a prevenir la cronificación del estrés como:

- Decidir entre diversas técnicas de estudio.
- Planificar actividades.
- La alimentación saludable también es importante.
- Realizar actividades recreativas y practicar deporte.
- Cumplir con las horas de sueño de manera estable.
- Dedicar tiempos a hobbies y pasatiempos.
- Tener momentos para respirar profundamente y relajarse.
- Compartir con otras personas.
- Enfocarse en mantener la tranquilidad y la calma.

## **2.4. Atención**

### **2.4.1. Definición de atención**

Sánchez y Pelayo (2018) definen la atención como una de las funciones cognitivas principales, ya que es imposible realizar varios tipos de actividades de la vida diaria, es por esta razón que la atención está involucrada en todos los procesos cognitivos y perceptivos.

Dichos autores mencionan que la atención se caracteriza principalmente por la estabilidad, ya que se conserva orientada y concentrada en la realización de alguna actividad durante un tiempo prolongado, también va a depender de la presencia de estímulos del entorno que le rodea y la concentración que mantiene al momento de realizar dicha actividad, existiendo un control por parte del organismo, de la selección de los estímulos que a su vez controlarán su conducta.

### **2.4.2. Test de atención d2**

De igual forma para evaluar la atención se usará el test de atención d2 del autor Rolf Brickenkamp, es un test psicológico de tiempo limitado que sirve para medir la atención selectiva, concentración y velocidad de procesamiento, es de fácil aplicación, consiste en la discriminación de estímulos visuales parecidos, por lo cual es aplicable en niños, adolescentes y adultos.

Está compuesto por 14 filas, cada una de ellas contiene 47 caracteres, con un total de 658 elementos, esta fila tiene las letras “d” y “p” acompañadas de dos pequeñas rayas en distintas posiciones, pueden estar ubicadas de manera individual o en pareja, arriba, abajo o una arriba y otra abajo, las cuales el evaluado debe ir tachando todas las letras “d” con dos rayas que encuentre en cada fila hasta completar con el tiempo establecido.

### **2.4.3. Niveles de atención**

- No atención o atención prácticamente cero: Se manifiesta cuando se considera de manera selectiva a un estímulo o algún aspecto de este estímulo, de modo primario a los otros estímulos. Considerando una relación con la capacidad limitada de la propia acción atencional, que implica a elegir estímulos.
- La atención se muestra distribuida entre una y otra cosa, por lo cual el estudiante realiza dos trabajos o al menos dos estímulos a la vez.
- Nivel de atención sostenida: El estudiante es capaz de sostener el foco de atención y continuar alerta al frente de los estímulos durante tiempos duraderos.
- Nivel de atención concentrada; Intenta que su mente se concentre en una sola cosa, aclara sus dudas antes de estudiar, emplea diferentes técnicas de estudio y conoce como focalizar su atención ante diversos estímulos sin valorar el tiempo (Bolaño, 2017).

### **2.4.2. Tipos de atención.**

Portellano (2018) menciona que existen distintos tipos de atención en los cuales da a conocer los siguientes:

### **a) Atención activa y voluntaria o deliberada**

La atención activa y voluntaria o deliberada se dirige y proyecta hacia un objeto con un propósito utilitario, siempre en respuesta a un motivo, pero no siempre implicando un interés en un estímulo.

### **b) Atención activa e involuntaria**

Este tipo de atención se da como resultado de la percepción, aunque el sujeto no sea consciente de ello.

### **c) Atención pasiva**

Este tipo de atención se atrae sin esfuerzo. Esto ocurre cuando una persona escucha un ruido fuerte y cercano y hace que preste atención como un acto reflejo.

### **d) Dividida**

El sujeto ha de atender al menos dos estímulos o tareas a la vez. Por ende, es tu tipo de atención simultánea la cual procesa diferentes fuentes de información que dan a la vez o ejecutar de forma simultánea diferentes tareas. Una de las explicaciones de la distribución de recursos atencionales cuando el sujeto debe atender a más de una tarea, fundamentándose en el estudio del grado de implicación de los procesos controlados y automáticos en cada una de las tareas simultáneas (Sánchez Santana, 2017).

## **2.4.3. Características de la atención**

Del concepto de atención pueden desprenderse cinco características básicas: selectividad, intensidad, adaptación, constancia y limitación

- La selectividad: Cuando prestas atención, una serie de estímulos pasan a través de una especie de filtro, filtrando solo el aspecto que ocupa el primer plano, ignorando el resto y quedando como en la sombra.
- La intensidad: Es una medida del enfoque mental e indica tanto la nitidez de los estímulos como la intensidad de la captura.
- La adaptación: El tiempo de reacción requerido para cambiar la atención de una acción u objeto a otro y comenzar a realizar una tarea determinada.
- La constancia: La cantidad de tiempo que puede enfocar su atención en un objeto o estímulo. La atención es firme y persistente si al prestar atención no surgen ideas que no encajen con el objeto de estudio.
- La limitación: La amplitud se refiere al número de estímulos que pueden ser atendidos simultáneamente. La atención es limitada porque ha demostrado la imposibilidad de prestar atención a varias cosas al mismo tiempo. En algunos casos, se habla del llamado atención múltiple.

## **CAPÍTULO III. METODOLOGIA**

### **3.1. Enfoque o corte de investigación**

El trabajo investigativo se efectuó con un enfoque de tipo cuantitativo, ya que se analizó los datos numéricos obtenidos y se comprobaron mediante análisis estadístico, con la finalidad de establecer el grado de asociación entre variables, los datos fueron obtenidos por medio de prueba o test psicológicos a los alumnos de la Unidad Educativa “Pensionado Americano International School”.

### **3.2. Diseño de investigación**

#### **No experimental**

El trabajo investigativo es de tipo no experimental, debido a que no se manipula ninguna de las variables de estudio, por lo tanto, el problema de la investigación se estudió tal cual se presenta en su contexto natural, obteniendo la información de los datos directamente para analizarlos posteriormente, con temporización transaccional debido a que recopila los datos en un solo momento, presentando además un alcance correlacional, ya que determina si tiene asociación las variables de estudio como son el estrés académico con la atención.

### **3.3. Tipo de la investigación**

#### **3.3.1. Por los objetivos**

##### **3.3.1.1. Básica**

La investigación contempla generar un mayor conocimiento sobre si pudiera existir una relación entre el estrés académico y la atención en los estudiantes, dado que, si finalidad es analizar el objeto de estudio mediante el método científico para el desarrollo teórico de las variables, teniendo la finalidad de contribuir a mejorar este tipo de situaciones institucionalmente y en la sociedad.

#### **3.3.2. Por el lugar**

##### **3.3.2.1. De campo**

La presente investigación se realizó en la Unidad Educativa Pensionado Americano International School con los estudiantes de 1ro, 2do y 3er año de bachillerato general unificado, permitiendo obtener datos de forma directa y estudiarlos tal y como se presentan, por lo que brinda la posibilidad de estudiar los fenómenos tal como se presentan en su contexto natural.

#### **3.3.3. Por el nivel o alcance**

##### **3.3.3.1. Correlacional**

Se da una relación entre las variables que no se pueden manipular o controlar ya que dependen directamente de la percepción del ser humano, por tanto, para el procesamiento de estas observaciones o de la obtención de las percepciones, se hace uso de un software estadístico para el procesamiento de datos.

### 3.3.4. Por el tiempo

#### 3.3.4.1. Transversal

La investigación es de tipo transversal, porque los instrumentos se aplicaron una sola vez y en un tiempo determinado.

### 3.4. Técnicas e instrumentos de investigación

Tabla 2. Variables de investigación

Variable	Técnica	Instrumento	Descripción	Indicador
<b>Independiente</b>  Estrés académico	El desarrollo de la presente investigación se con la técnica de evaluación psicométrica definida como que es el instrumento de medición aplicado por el investigador para obtener información de las variables sujetas a estudio.	Inventario SISCO del estrés académico	Hace referencia a aquellas condiciones que se encuentran presentes en el estrés. Nivel de estrés • Situaciones comportamentales • Reacciones: - Físicas - Psicológicas - Comportamentales • Estrategias de afrontamiento	Escala Likert
<b>Dependiente</b> Atención	test psicológico de tiempo limitado que sirve para medir la atención selectiva, concentración y velocidad de procesamiento	Test de atención D2	3 puntuaciones principales: Atención Capacidad de concentración Esfuerzo o control atencional	

Fuente: Realización propia, 2023.

### 3.5. Población y muestra

#### 3.5.1. Población

La población son los estudiantes de la “Unidad Educativa Pensionado Americano International School” Riobamba a los mismos se les administró el inventario de Estrés Académico SISCO y el test de atención d2. Para lo cual se aplicó criterios de inclusión y exclusión como se detalla a continuación:

#### 3.5.2. Muestra

El muestreo es de tipo no probabilístico al tener una población pequeña, no es necesario determinar ningún cálculo muestral, por lo tanto, el estudio se aplicó a los 65 estudiantes de

BGU en total, conformado por 23 varones y 42 mujeres de la “Unidad Educativa Pensionado Americano International School” Riobamba.

### **3.6. Aspectos éticos**

El estudio se realizó en condiciones éticas que tiende a sugerir el APA, en dónde se considera en primer lugar la confidencialidad de cada uno de los participantes, asegurando que los estudiantes no sufran ningún tipo de daño psicológico, además cada uno de ellos fue tratado de manera equitativa y su participación fue netamente voluntaria por lo que podría abandonar el estudio en cualquier momento, al ser menores de edad se firmó previamente un permiso de los padres para realizar la actividad, donde se especifica que la información recolectada será únicamente con fines académicos.

### **3.7. Métodos de análisis, y procesamiento de datos.**

- La información recolectada se procesó de la siguiente manera:
- Recolección de datos en base a la aplicación de las técnicas e instrumentos de investigación.
- Revisión y barrido de la información obtenida.
- Procesamiento de datos a través del aplicativo informático correspondiente para lo cual se utilizó el paquete de Excel y SPSS con la que se llevó a cabo la parte estadística de la investigación (Tabulación y representación gráfica de la información)
- Análisis e interpretación de los resultados obtenidos.

## CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 4.1. Resultados del test de estrés académico

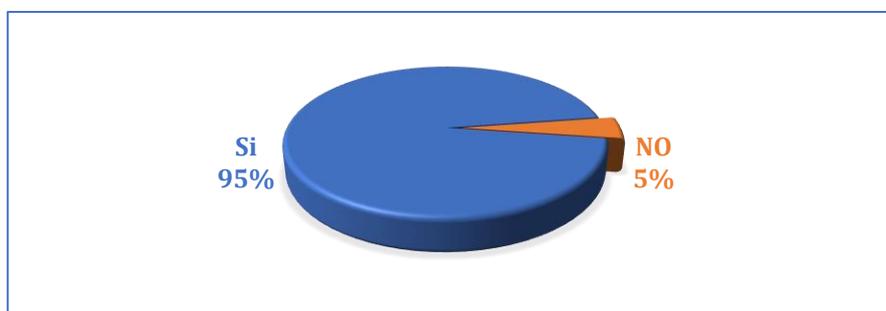
#### 4.1.1. Preocupación o nerviosismo

**Tabla 3.** Preocupación o nerviosismo

Preocupación o nerviosismo	Frecuencia	Porcentaje
Si	62	95%
NO	3	5%
<b>Total</b>	<b>65</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Test SISCO

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.



**Figura 2.** Preocupación o nerviosismo

**Fuente:** Test SISCO

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

#### **Análisis**

De los 65 estudiantes de bachillerato a los cuales se les aplicó el test, se tiene que el 95% ha tenido momentos de preocupación o nerviosismo al momento de realizar sus actividades académicas, mientras que solo el 5% menciona que no han presentado preocupación o nerviosismo alguno.

#### **Interpretación**

Los resultados obtenidos dan a resaltar que la mayoría de los estudiantes de bachillerato presentan algún tipo de nerviosismo o preocupación, mostrando que se encuentran bajo presión o demanda escolar causando estrés en ellos, sin embargo, si bien es mínimo el porcentaje de estudiantes que no consideran mantener ningún síntoma y se sienten tranquilos en sus estudios. Por otra parte, los estudiantes que presentan estrés académico pueden llegar a adquirir síntomas físicos (Trastornos del sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza, problemas de digestión morderse las uñas, rascarse y somnolencia), psicológicas (Inquietud, sentimientos de depresión y tristeza, ansiedad, problemas de concentración y sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad) o comportamentales (Conflictos o tendencia a polemizar, aislamiento de los demás, desgano para las labores escolares; y aumento o disminución del consumo de alimentos).

### 4.1.2. Nivel de preocupación o nerviosismo

Tabla 4. Nivel de preocupación o nerviosismo

Ítems	Frecuencia	Porcentaje
Poco	5	8%
Rara vez	11	18%
Algunas veces	23	37%
Casi siempre	17	27%
Mucho	6	10%
<b>Total</b>	<b>62</b>	<b>100%</b>

Fuente: Test SISCO

Elaborado por: Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

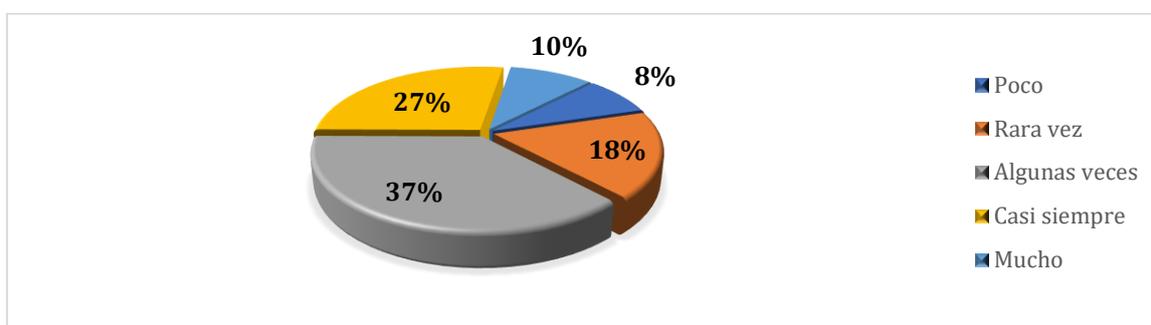


Figura 3. Nivel de preocupación o nerviosismo

Fuente: Test SISCO

Elaborado por: Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

#### Análisis

De los 62 estudiantes que mencionaron que si presentaban preocupación o nerviosismo, 23 de ellos (37%) menciona que algunas veces se presenta preocupación, siendo un nivel medio, seguido por 17 estudiantes (27%) manifiesta que casi siempre lo que significa que se encuentra en un nivel alto, mientras que 11 de ellos (18%) considera que rara vez teniendo un nivel bajo, a su vez 6 estudiantes (10%) consideran que tienen mucha preocupación lo que significa que se encuentra en un alto nivel, finalmente, 5 estudiantes (8%) mencionan que tienen poca preocupación lo cual es un nivel muy bajo.

#### Interpretación

El nivel de preocupación o nerviosismo sucede cuando la mente se obsesiona con pensamientos negativos, al igual que el nerviosismo ocasionado al presentar tensión interna o falta de tranquilidad, ahora bien partir de los datos obtenidos se puede mencionar que existe un porcentaje mínimo de estudiantes que presentan un nivel muy bajo de preocupación o nerviosismo, al igual que un porcentaje bajo que se encuentra en un nivel bajo, lo que indica que tienen un estrés no prolongado, o también se le puede considerar un estrés positivo o eustres, el cual aporta energía al cuerpo para mantenernos alerta y cumplir con las tareas, sin embargo, el porcentaje que presentan un nivel medio y alto es superior, lo que muestra un indicador de alarma, ya que si el estrés persiste se puede convertir en un estrés negativo, además de continuar puede presentarse síntomas como dolores de cabeza, hipertensión, enfermedades cardiacas, entre otros. Por ende, la preocupación o nerviosismo de los

estudiantes puede estar generado por las diferentes actividades curriculares que deben sobrellevar diariamente.

### 4.1.3. Análisis de resultados de Inventario Sisco de estrés académico

El Inventario se compone de 3 áreas, en primer lugar, los estresores académicos, seguidos por los síntomas (físicos, psicológicos y comportamentales) y estrategias de afrontamiento, describiendo el perfil de la población de estudio, que en este caso son los estudiantes de la “Unidad Educativa Pensionado Americano International School” Riobamba. Para lo cual se ha precisado los datos los siguientes datos:

**Tabla 5.** Análisis global

Situaciones	Leve		Moderado		Severo		Total		
	F	%	F	%	F	%	F	%	
<b>Estresores</b>	4	6	52	84	6	10	62	100	
<b>Síntomas</b>	Físicos	12	19	38	61	12	19	62	100
	Psicológicos	27	44	34	55	1	2	62	100
	Comportamentales	26	26	36	58	10	16	62	100
<b>Estrategias de afrontamiento</b>	25	40	37	60	0	0	62	100	

**Fuente:** Test SISCO

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

#### Análisis

Del análisis global de inventario SISCO, se tiene que de los 62 estudiantes que realizaron el inventario SISCO en estresores el 4% tiene un nivel leve, seguido por el 84% en moderado y 10% en nivel severo; ahora bien en los síntomas físicos el 19% tiene un nivel leve, el 61% moderado y el 19% severo; en cuanto se refiere a síntomas psicológicos el 44% en nivel leve, el 55% moderado y el 2% severo; en los síntomas comportamentales el nivel leve tiene el 26%, el 58% moderado y el 16% severo; finalmente las estrategias de afrontamiento se tiene que el 40% leve y el 60% moderado.

#### Interpretación

En cuanto se refiere a los estresores académicos que son un factor estresante que aparece repentinamente en la vida de una persona y se percibe como una amenaza o negativo, ahora bien, como se puede observar en la Tabla 5 la mayoría de los estudiantes se encuentran en un nivel moderado de estrés, si bien se puede considerar normal, ya que aporta al individuo a desarrollar su capacidad de recuperación y adaptarse a múltiples situaciones, pero si este sigue de manera constante puede pasar a ser un estrés negativo, como el que presenta el 10% de los estudiantes al tener estrés en un nivel severo, en donde los estresores académicos son estímulos que de alguna u otra manera afectan a los estudiantes, por otra parte se tiene que dentro de los síntomas físicos causados por el estrés la mayoría de los estudiantes presentan un en nivel moderado (61%) y un 19% en nivel severo, siendo así que los estudiantes pueden presentar diferentes reacciones físicas como migraña, dolores de cabeza, somnolencia, síntomas que puede ser producto de los estresores académicos. Mientras que los síntomas

psicológicos son menores a los físicos, en donde la mayoría de estudiantes se encuentran en nivel moderado (55%), lo que puede ocasionar la falta de atención, lo que conlleva a tener un mayor porcentaje de síntomas comportamentales que tiene 58% de estudiantes en nivel moderado y 16% en nivel severo. En cuanto se refiere al uso de estrategias de afrontamiento, ya sea por aprendizaje o para ayuda de disminución de los síntomas generados por el estrés escolar en los estudiantes tiene un nivel bajo recayendo en un 60% en nivel moderado, por lo que es necesario afrontar la problemática, ya que podría ocasionar un estrés negativo y un aumento en los síntomas, acarreado que disminuya la concentración en los estudiantes, además de originar que el estudiante no pueda afrontar el estrés, por ende, es necesario que brindar recursos personales a los estudiantes ya sea conductuales, emocionales y cognitivos. A continuación, se va a analizar cada uno de las secciones del inventario con finalidad de determinar cuáles ítems correspondientes a cada sección está generando mayor problema.

#### 4.1.3.1. Estresores

**Tabla 6:** Estresores

	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
La competencia con los compañeros del grupo	13	21%	26	42%	14	23%	6	10%	3	5%
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	5	8%	10	16%	13	21%	17	27%	17	27%
La personalidad y carácter del profesor	13	21%	21	34%	18	29%	7	11%	3	5%
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc)	1	2%	6	10%	24	39%	16	26%	15	24%
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc)	6	10%	14	23%	20	32%	14	23%	8	13%
No entender los temas que se abordan en clase	4	6%	22	35%	19	31%	9	15%	8	13%
Participación en clase (responder las preguntas, exposiciones, etc)	14	23%	20	32%	14	23%	8	13%	6	10%
Tiempo limitado para hacer trabajo	6	10%	13	21%	13	21%	15	24%	15	24%

**Fuente:** Test SISCO

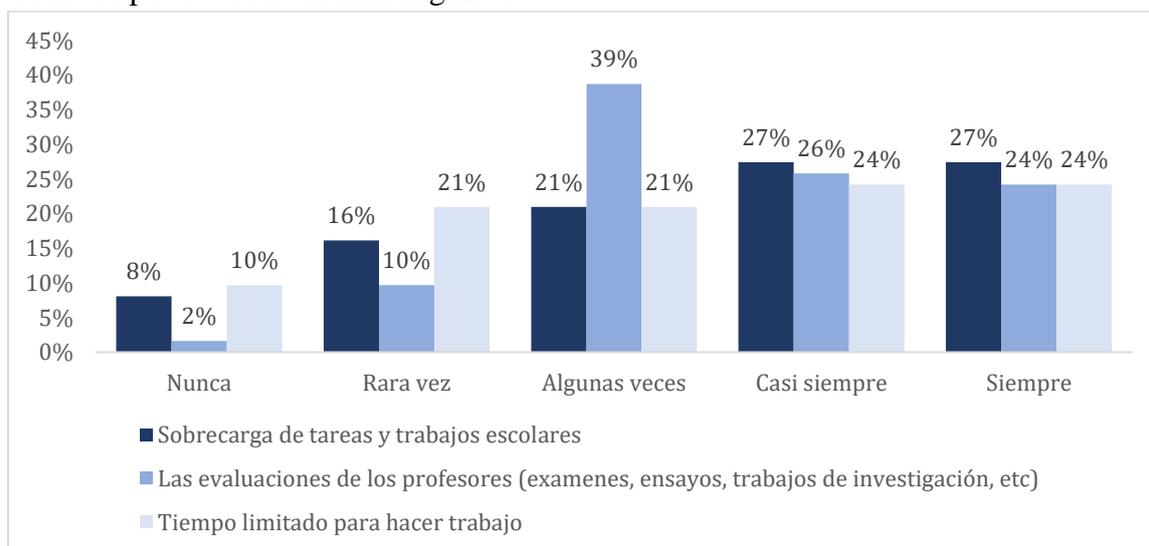
**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

## Análisis

Una vez analizado el inventario SISCO, en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa “Pensionado Americano International School”, se tiene que los estresores como la “competencia con los compañeros de grupo” tiene un 42% en su mayoría que mencionan que rara vez se estresan por esta razón, “la personalidad y carácter del profesor” tiene un 34% en rara vez, mientras que el “tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc)” posee un 32% en algunas veces, “no entender los temas que se abordan en clase” tiene el 35% en rara vez y la “participación en clase (responder las preguntas, exposiciones, etc)” posee un 32% en rara vez. Ahora bien, los principales estresores para los estudiantes son la “sobrecarga de tareas y trabajos escolares”, además del “tiempo limitado para hacer el trabajo”, teniendo en ambos casos que el 34% considera que siempre ocurre esa situación, mientras que el estresor que mayormente afecta es “las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc)” con un 27% en siempre.

## Interpretación

De acuerdo a los resultados obtenidos, los principales estímulos que tienden a afectar es la sobrecarga de tareas y trabajos escolares, al igual que el tiempo, mismo que es limitado para poder llevar a cabo sus trabajos, en ambos casos estos estímulos guardan relación, ya que la acumulación de tareas en el tiempo previsto de entrega ocasiona que se dé el estrés académico en los estudiantes de bachillerato, pero cabe mencionar que el principal estímulo o agente estresor son las evaluaciones, ya que el temor de obtener una calificación baja ocasiona que los estudiantes sufran estrés, que puede presentarse con diferentes síntomas. Como se puede observar en la Figura 4.



**Figura 4:** Principales estresores

**Fuente:** Test SISCO

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

### 4.1.3.2. Síntomas físicos

**Tabla 7:** Síntomas físicos

	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Trastornos del sueño (insomnio o pesadillas)	14	23%	20	32%	12	19%	9	15%	7	11%
Fatiga crónica (cansancio permanente)	15	24%	15	24%	17	27%	11	18%	4	6%
Dolores de cabeza o migrañas	17	27%	22	35%	12	19%	6	10%	5	8%
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	35	56%	15	24%	10	16%	2	3%	0	0%
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	23	37%	9	15%	9	15%	11	18%	10	16%
Somnolencia o mayor necesidad de dormir	12	24%	9	18%	9	18%	11	22%	10	20%

**Fuente:** Test SISCO

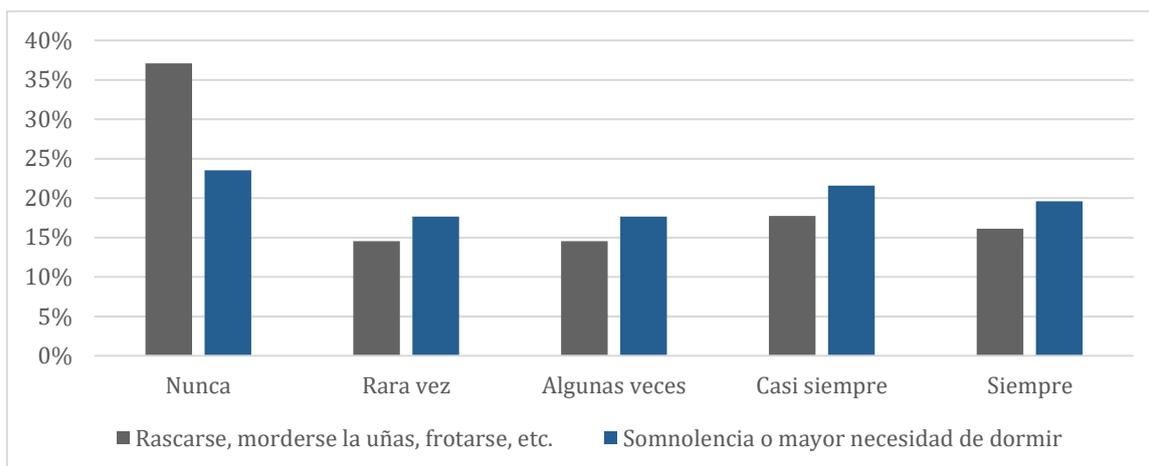
**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

### **Análisis**

Según los datos obtenidos en el inventario SISCO, los síntomas físicos que se presentan en menor proporción son los “problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea” con 37% que mencionan que nunca, la “fatiga crónica (cansancio permanente)” representa el 27% en algunas veces, el “dolor de cabeza o migraña” con el 27% nunca se presenta en los estudiantes, mientras que el “trastorno del sueño (insomnio o pesadillas) posee un 32% en rara vez. Por su parte, “rascarse, morderse las unas, frotarse, etc” presenta el segundo estímulo de interés con el 16% en siempre, mientras que el principal síntoma es la somnolencia o mayor necesidad de dormir con el 20% de estudiantes que siempre presentan esta situación.

### **Interpretación**

De acuerdo a los resultados obtenidos, las principales reacciones físicas generadas por el impacto del estrés académico en la salud de los estudiantes y que pueden causar un estímulo perjudicial es el de morderse las uñas, frotarse, entre otras, que tiene una inflexión con la falta de atención, situación que se suma la somnolencia o mayor necesidad de dormir siendo el estímulo que mayormente afecta a los estudiantes, agravando el funcionamiento cognitivo, lo que genera que aparezca dificultades de concentración y atención, dando paso a un bajo rendimiento académico debido a que los recursos físicos y mentales se ven consumidos por el desgaste a largo plazo, en el caso que los síntomas y signos lleguen ser difíciles de tratar. En la figura 5 se puede observar el porcentaje de los principales síntomas físicos.



**Figura 5.** Principales síntomas físicos

**Fuente:** Test SISCO

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

#### 4.1.3.3. Síntomas psicológicos

**Tabla 8.** Síntomas psicológicos

	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	9	15%	17	27%	16	26%	14	23%	6	10%
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	12	19%	21	34%	11	18%	11	18%	7	11%
Ansiedad, angustia o desesperación	13	21%	19	31%	9	15%	11	18%	10	16%
Problemas de concentración	22	35%	14	23%	12	19%	10	16%	4	6%
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	10	16%	12	19%	16	26%	18	29%	6	10%

**Fuente:** Test SISCO

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

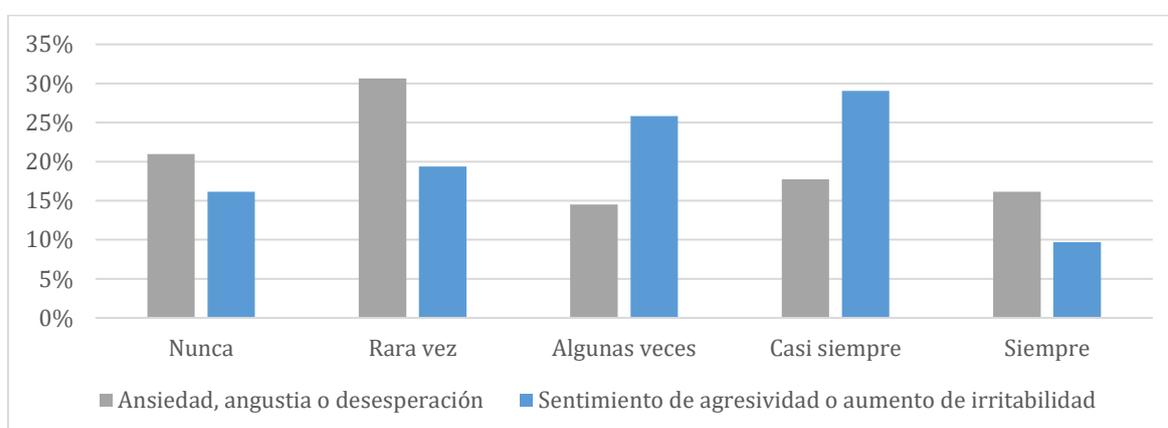
#### Análisis

Con base en los resultados obtenidos en el inventario SISCO, se tiene que los estudiantes presentan síntomas psicológicos como de “problemas de concentración” que tiene un 6% de siempre, mientras que la “inquietud (incapacidad de relajarse y estar quieto)” posee un 26% en algunas veces, a su vez el “sentimiento de depresión y tristeza (decaído)” el 34% mencionan que presentan rara vez. Por su parte los principales síntomas psicológicos son “el

sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad” que tiene un 29% en casi siempre y la “ansiedad, angustia o desesperación” la cual se presenta el 16% en siempre.

### Interpretación

Si bien a nivel general del inventario SISCO, los síntomas psicológicos no representan un problema que pueda considerarse como severo y por ende se considera que los encuestados mantienen sus emociones controladas. Ahora bien, los principales síntomas psicológicos se encuentran asociados a los síntomas físicos mencionados anteriormente como principales, ya que la agresividad o aumento de irritabilidad se debe a la somnolencia, mientras que la ansiedad, angustia o desesperación tiene que ver con rascarse o comerse las uñas. Lo que ocasiona una afectación a los estudiantes, mostrando el desgaste en su energía, ocasionando que su atención también disminuya. A continuación, en la figura se muestra los principales síntomas psicológicos que se presentan:



**Figura 6.** Principales síntomas psicológicos

**Fuente:** Test SISCO

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

#### 4.1.3.4. Síntomas comportamentales

**Tabla 9.** Síntomas comportamentales

	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	19	31%	18	29%	20	32%	2	3%	3	5%
Aislamiento de los demás	22	35%	14	23%	12	19%	10	16%	4	6%
Desgano para realizar las labores escolares	14	23%	6	10%	23	37%	9	15%	10	16%
Aumento o reducción del consumo de alimentos	16	26%	15	24%	11	18%	7	11%	13	21%

**Fuente:** Test SISCO

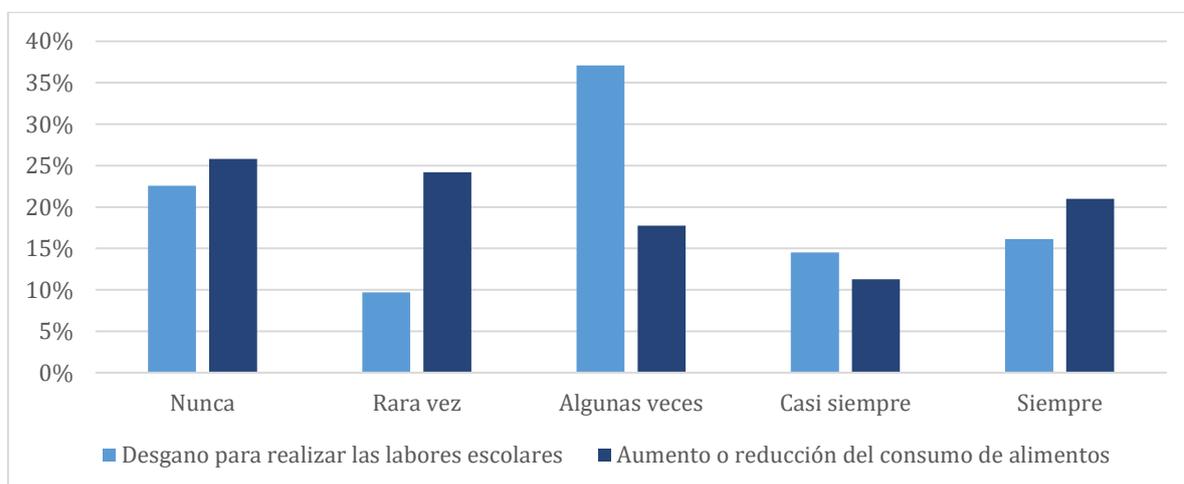
**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

## Análisis

De los 62 estudiantes que mencionaron en el inventario de SISCO que el último semestre ha presentado momentos de preocupación y nerviosismo, en cuanto se refiere a síntomas comportamentales sin mucha influencia se tiene que los “conflictos o tendencia a polemizar o discutir” posee un 32% con un nivel de algunas veces, seguido por “aislamiento de los demás” con el 35% que mencionan que nunca han sentido este síntoma. Mientras que los síntomas que más se destacan son el “desgano para realizar las labores escolares” con el 16% los alumnos que mencionan sentir siempre, mientras que el principal síntoma es el “aumento de reducción del consumo de alimentos” con el 21% en siempre.

## Interpretación

Los síntomas comportamentales representan una muestra de estrés académico en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa “Pensionado Americano International School”, ya que en el análisis general del inventario SISCO en esta sección se encuentra un porcentaje alto, lo que muestra que se encuentra en nivel severo de estrés, teniendo como síntomas el desgano para realiza las labores escolares, el cual puede deberse a la somnolencia que presentan los estudiantes, además se presenta el aumento o reducción del consumo de alimentos que tiende afectar su organismo, esto síntomas están sujetos a la ansiedad que sienten. En todo caso al estar sometido a agentes estresantes los cambios comportamentales se desarrollan para poder adaptarse a su entorno, reduciendo su energía para poder realizar sus tareas en su diario vivir sea este social o escolar. A continuación, en la figura 6 se muestra los principales síntomas comportamentales que presentan los estudiantes.



**Figura 7.** Principales síntomas comportamentales

**Fuente:** Test SISCO

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

### 3.1.3.5. Estrategias de afrontamiento

**Tabla 10.** Estrategias de afrontamiento

	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Habilidad asertiva (defender preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)	13	21%	15	24%	15	24%	7	11%	12	19%
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	11	18%	19	31%	14	23%	13	21%	5	8%
Elogios a si mismo	19	31%	20	32%	13	21%	4	6%	6	10%
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	31	50%	13	21%	7	11%	5	8%	6	10%
Búsqueda de información sobre la situación	11	18%	18	29%	18	29%	9	15%	6	10%
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación)	21	34%	19	31%	15	24%	3	5%	4	6%

**Fuente:** Test SISCO

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

#### Análisis

Los datos resultantes del inventario de SISCO aplicado a los 62 estudiantes de bachillerato se tiene que la estrategia de afrontamiento menos usada es la “religiosidad (oraciones o asistencia a misa)” con 50% que mencionan que nunca lo hacen, al igual que la “ventilación y confidencias (verbalización de la situación)” teniendo el 34% que mencionan que nunca, mientras que los “elogios para sí mismo” representan un 32% dice que rara vez lo hace, la “búsqueda de información sobre la situación” posee un 29% en considera que algunas veces. Por otra parte, “la elaboración de un plan y ejecución de sus tareas”.

#### Interpretación

De acuerdo con los resultados obtenidos los estudiantes recurren muy pocas de las ocasiones a estrategias de afrontamiento para el estrés académico, sin embargo, la “habilidad asertiva (defender preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)” siendo esta la principal estrategia escogida por ellos, quedando claro que los estudiantes no tienen una manera de afrontar con las situaciones que les genera estrés en sus estudios, por lo cual es necesario que se desarrolle planes para mitigar los efectos negativos del estrés, ya que en el caso de no

se puedan afrontar puede desencadenar síntomas físicos, psicológicos y comportamentales en niveles severos, incluso a llegar hasta el suicidio del individuo.



**Figura 8.** Estrategias de afrontamiento

**Fuente:** Test SISCO

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

## 4.2. Aplicación del test de la atención D2

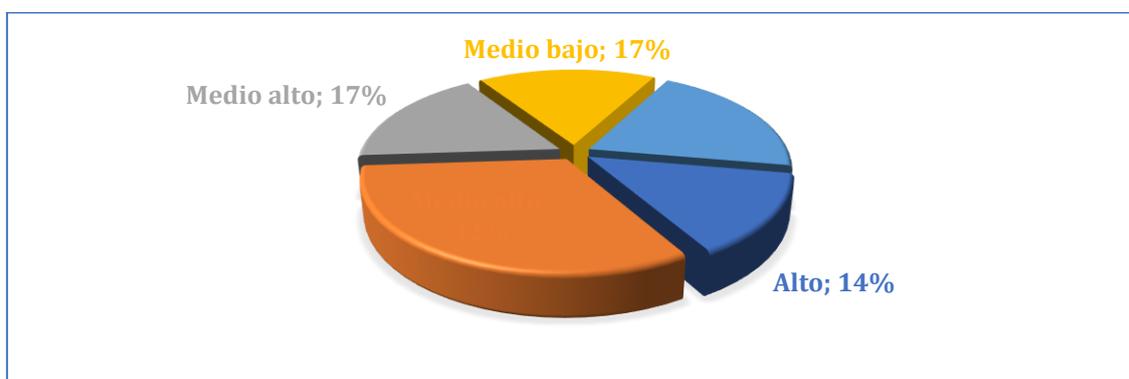
### 4.2.1. Total de respuestas (TR)

**Tabla 11.** Total de respuestas (TR)

Nivel	Rango	Frecuencia	Porcentaje
Alto	81-89	9	14%
Medio alto	61-80	21	32%
Medio	41-60	11	17%
Medio bajo	21-40	11	17%
Bajo	1-20	13	20%
<b>TOTAL</b>		65	100%

**Fuente:** Test de D2

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.



**Figura 9.** Total de respuestas (TR)

**Fuente:** Test de D2

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

### Análisis

De los 65 estudiantes que llevaron a cabo el test de atención D2, se tiene que el 32% (21 estudiantes) tiene un nivel medio alto, seguido por 20% (13 estudiantes) en nivel bajo, seguido por el 17% (11 estudiantes) en nivel medio bajo y medio, finalmente el 14% en nivel alto.

### Interpretación

El total de las respuestas (TR) se debe tener en cuenta que total de las respuestas es el número total de intentados en las 14 líneas del test, tanto los relevantes como los irrelevantes, correspondientes a las acciones cognitivas. Ahora bien, se puede observar que los estudiantes se encuentran en su mayor cantidad en nivel medio, si bien el nivel alto no es mayoritario, estos dos porcentajes aproximadamente suman la mitad de la población estudiada, teniendo como resultado que la mayoría de los estudiantes se encuentran en un nivel que hace referencia a un valor promedio ya que la velocidad de procesamiento y la cantidad trabajo llevado a cabo bajo la presión en un tiempo limitado es medianamente aceptable.

#### 4.2.2. Total de aciertos (TA)

**Tabla 12.** Total de aciertos (TA)

Nivel	Rango	Frecuencia	Porcentaje
Alto	81-99	2	3%
Medio alto	61-80	10	15%
Medio	41-60	19	29%
Medio bajo	21-40	13	20%
Bajo	1-20	21	32%
TOTAL		65	100%

**Fuente:** Test de D2

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.



**Figura 10.** Total de aciertos (TA)

**Fuente:** Test de D2

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

### Análisis

De los 65 estudiantes que realizaron se tiene que el 32% (21 estudiantes) se encuentran en un nivel bajo, seguido del 29% (19 estudiantes) en nivel medio mientras que el 20% (13 estudiantes), mientras que el 15% (10 estudiantes) tiene un nivel medio alto y el 3% (2 estudiantes) en nivel alto de aciertos.

### Interpretación

El número total de aciertos es las veces que la letra d tenía dos rayas y fue marcada. Ahora bien, la mayoría de los estudiantes se encuentran en un nivel bajo y medio bajo, en relación a los 65 estudiantes, teniendo como resultado que no han alcanzado la atención necesaria para poder desarrollar la actividad o test, además que la cantidad de trabajo y precisión del procesamiento, por lo que no han alcanzado el nivel deseado.

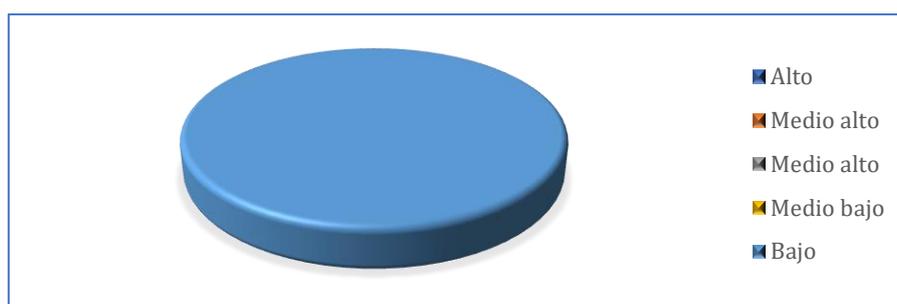
### 4.2.3. Omisiones

**Tabla 13.** Omisiones

Nivel	Rango	Frecuencia	Porcentaje
Alto	81-89	0	0%
Medio alto	61-80	0	0%
Medio	41-60	0	0%
Medio bajo	21-40	0	0%
Bajo	1-20	65	100%
TOTAL		65	100%

**Fuente:** Test de D2

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.



**Figura 11.** Omisiones

**Fuente:** Test de D2

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

### Análisis

De los 65 estudiantes a los que se aplicó el test de D2, el 100% tiene un nivel bajo.

### Interpretación

Las omisiones se dan cuando no se marcan los elementos relevantes (letra d con dos rayas), son comúnmente frecuentes, teniendo en consideración la precisión de la búsqueda visual y

la calidad de la actuación, por ende, se puede decir que la capacidad discriminativa es deficiente al tener una puntuación baja. Ahora bien, en su totalidad los estudiantes se encuentran en un nivel bajo en cuanto se refiere a las omisiones, teniendo como resultado que el nivel de atención no es el adecuado, ya que no cumplen con la tarea a realizar, por ende, su control atencional, cumplimiento de una regla, precisión de la búsqueda, visual y calidad de la actuación son bajas.

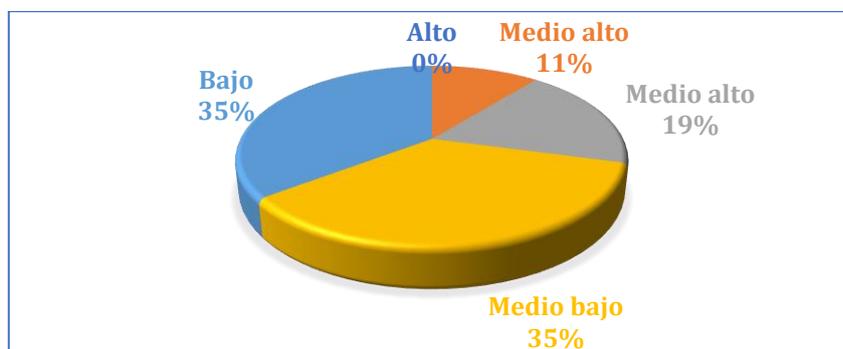
#### 4.2.4. Comisiones

**Tabla 14.** Comisiones

Nivel	Rango	Frecuencia	Porcentaje
Alto	81-99	0	0%
Medio alto	61-80	7	11%
Medio	41-60	12	18%
Medio bajo	21-40	23	35%
Bajo	1--20	23	35%
TOTAL		65	100%

**Fuente:** Test de D2

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.



**Figura 12.** Comisiones

**Fuente:** Test de D2

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

#### Análisis

De los 65 de los estudiantes que realizaron el test de D2, el 35% de ellos (23 estudiantes) tiene un nivel bajo y medio bajo, en ambos casos, seguido del 18% (12 estudiantes) un nivel medio, mientras que el 11% (7 estudiantes) se encuentran en un nivel medio alto, mientras que ninguno tiene un nivel alto.

#### Interpretación

Las comisiones se producen cuando se marcan elementos irrelevantes, tienden a hacer menos frecuentes y están relacionados con el control inhibitorio, la flexibilidad cognitiva, la

minuciosidad y la búsqueda visual. Ahora bien, se puede observar que más de la mitad de los estudiantes se encuentran en nivel menor al medio en cuanto se refiere a comisiones, por lo que se puede mencionar mantuvieron la atención al momento de brindarles las indicaciones lo que es beneficioso para mejorar el aprendizaje, ya que mide el control inhibitorio, cumplimiento de una regla, precisión del procesamiento, minuciosidad y flexibilidad cognitiva.

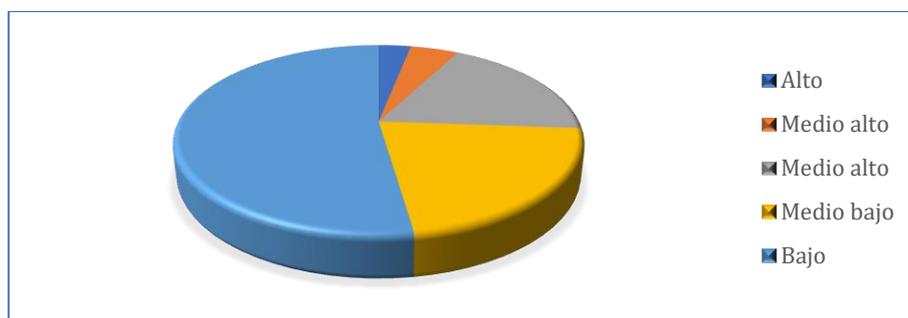
#### 4.2.5. Índice de efectividad total de la prueba (TOT)

**Tabla 15.** Índice de efectividad total de la prueba (TOT)

Nivel	Rango	Frecuencia	Porcentaje
Alto	81-99	2	3%
Medio alto	61-80	3	5%
Medio	41-60	12	18%
Medio bajo	21-40	14	22%
Bajo	1--20	34	52%
TOTAL		65	100%

**Fuente:** Test de D2

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.



**Figura 13.** Índice de efectividad total de la prueba (TOT)

**Fuente:** Test de D2

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

#### Análisis

En base a los resultados obtenidos en el test de D2, el 52% (34 estudiantes) tienen un nivel bajo el índice de efectividad total de la prueba, mientras que el 22% (14 estudiantes) en nivel medio bajo, además el 18% (12 estudiantes) tiene un nivel medio, el 5% (3 estudiantes) posee un nivel medio alto y el 3% (2 estudiantes) un nivel alto.

#### Interpretación

El índice de efectividad total de la prueba demuestra que no posee una buena fiabilidad y control atencional, así como una buena relación entre velocidad y precisión, esta es la medida principal para medir el test, donde se puede identificar que los estudiantes poseen un bajo

nivel en cuanto se refiere a la efectividad total de la prueba, por lo tanto, presentan dificultad para resolver problemas encomendados, especialmente si se considera el control atencional e inhibitorio y relación entre la velocidad y la precisión.

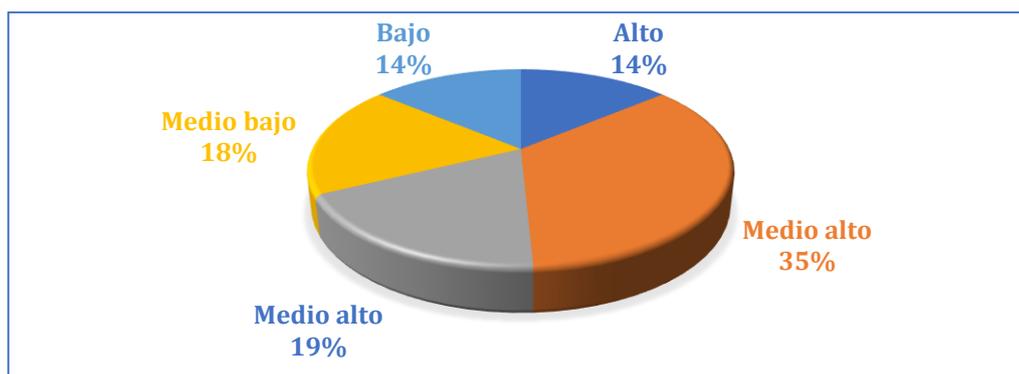
#### 4.2.6. Índice de concentración (CON)

**Tabla 16.** Índice de concentración (CON)

Nivel	Rango	Frecuencia	Porcentaje
Alto	81-99	9	14%
Medio alto	61-80	23	35%
Medio	41-60	12	18%
Medio bajo	21-40	12	18%
Bajo	1-20	9	14%
TOTAL		65	100%

**Fuente:** Test de D2

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.



**Figura 14.** Índice de concentración (CON)

**Fuente:** Test de D2

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

#### Análisis

De los 65 alumnos que realizaron el test de D2, se tiene que el 35% (23 estudiantes) poseen un índice de concentración (CON) en nivel medio alto, seguido con el 18% (12 estudiantes) con un nivel medio bajo, así con el mismo porcentaje el nivel medio, mientras que el 14% (9 estudiantes), presenta el nivel bajo, de igual manera el nivel alto tiene un 14%.

#### Interpretación

Teniendo en cuenta que la concentración se distribuye normalmente, es muy fiable y proporciona un índice del equilibrio entre velocidad y precisión en la actuación de los sujetos, por lo tanto, el índice de concentración de la población de estudio se encuentra en un nivel medio alto, entendiéndose la población de estudio presentan un índice de concentración en un momento dado y objeto determinado.

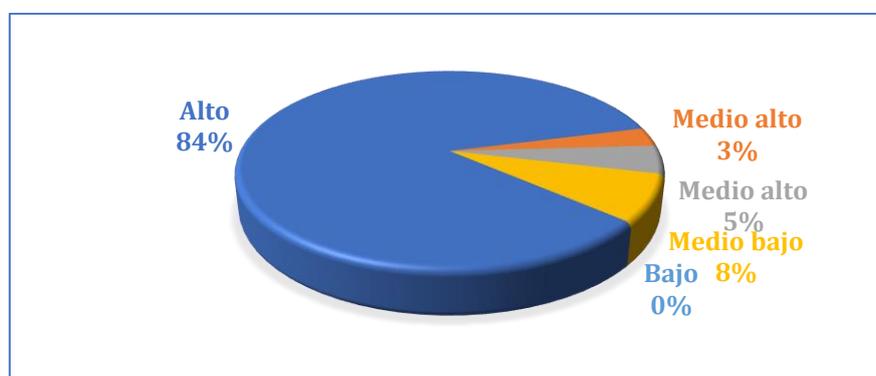
#### 4.2.7. Índice de variación o diferencia (VAR)

**Tabla 17.** Índice de variación o diferencia (VAR)

Nivel	Rango	Frecuencia	Porcentaje
Alto	81-99	55	85%
Medio alto	61-80	2	3%
Medio	41-60	3	5%
Medio bajo	21-40	5	8%
Bajo	1--20	0	0%
TOTAL		65	100%

**Fuente:** Test de D2

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.



**Figura 15.** Índice de variación (VAR)

**Fuente:** Test de D2

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

#### Análisis

85% (55 estudiantes) de los 65 alumnos que realizaron el test de D2 tiene un nivel alto en cuanto se refiere al índice de variación o diferencia, seguido del 8% (5 estudiantes) de nivel medio bajo, mientras que el 5% (3 estudiantes) están en un nivel medio, seguido del 3% (2 estudiantes) con un nivel medio alto, mientras que finalmente ninguno tiene un nivel bajo.

#### Interpretación

Teniendo en consideración que la puntuación VAR evalúa la estabilidad y la consistencia en el tiempo, donde una puntuación alta puede sugerir una inconsistencia en el trabajo del estudiante y puede llegar a estar relacionada con una falta de motivación. Se tiene como resultado que la mayoría de los estudiantes, presentan un nivel alto en cuanto se refiere al índice de variación o diferencia es notorio, por ende, se puede mencionar que los estudiantes presentan falta de motivación, estabilidad y consistencia en el tiempo, además de variación o fluctuación en su modo de trabajo, perjudicando al instante de captar los estímulos de aprendizaje.

#### 4.4. Relación entre el estrés académico y la atención

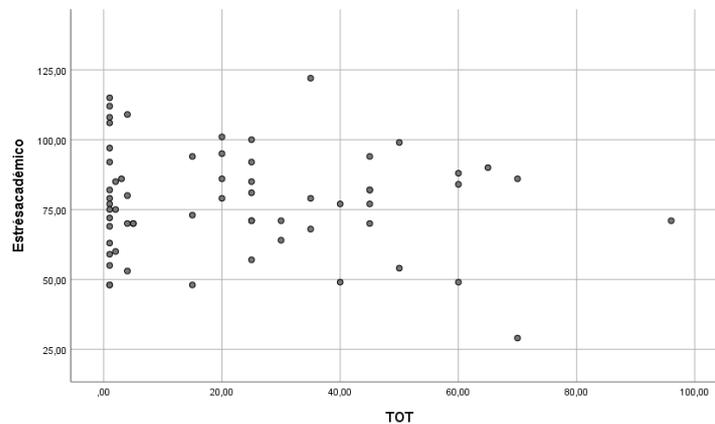
**Tabla 18.** Correlaciones

		Correlaciones				
		Estrés académico	RT	TOT	CON	VAR
Estrés académico	Correlación de Pearson	1	-,108	-,099	-,145	,140
	Sig. (bilateral)		,401	,443	,260	,277
	N	62	62	62	62	62

**Fuente:** Test de D2 e inventario SISCO

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

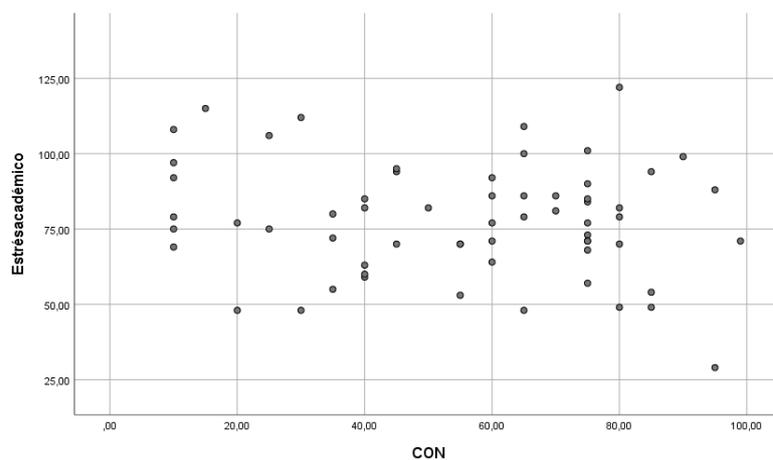
La correlación entre el estrés académico y la atención, al aplicar Pearson, nos muestra que en cuanto se refiere a las respuestas totales en el test de D2, es -0,108 presentando una correlación negativa muy débil; mientras que con el índice de efectividad total de la prueba (TOT) posee un valor de -0,099; en relación con el índice de concentración tiene -0,145 teniendo una correlación muy débil y finalmente, con el índice de variación 0,140 presentando una correlación muy débil. En todos estos casos tenemos una correlación negativa teniendo una relación inversa.



**Figura 16.** Correlación del estrés académico con el TOT

**Fuente:** Test de D2 e inventario SISCO

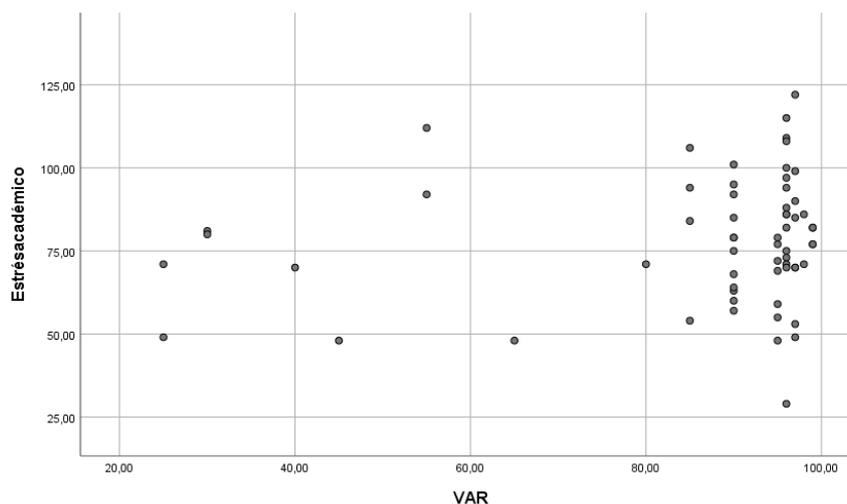
**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.



**Figura 17.** Correlación del estrés académico con el CON

**Fuente:** Test de D2 e inventario SISCO

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.



**Figura 18.** Correlación del estrés académico con el VAR

**Fuente:** Test de D2 e inventario SISCO

**Elaborado por:** Bazantes Flores Jeyson Vinicio, 2023.

Se identificó el nivel de estrés académico mediante el instrumento de medición SISCO y el nivel de atención con el test D2, concluyendo que los educandos que presentan un estrés severo tienden a disminuir mínimamente su atención de su entorno educativo. Al centrarnos en el estrés académico se tiene los estudiantes de la “Unidad Educativa Pensionado Americano International School” presentan en su mayoría preocupación o nerviosismo en algunas veces o casi siempre, es por ello que presentan un porcentaje de estudiantes un nivel de estrés severo, teniendo como principales estresores la sobrecarga de tareas y trabajos escolares, además de las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, entre otros) y el tiempo limitado para hacer los trabajos, dando como resultado

que un grupo de estudiantes presentan síntomas y signos físicos como rascarse, morderse las uñas, frotarse y somnolencia o mayor necesidad de dormir, mientras que el síntoma psicológico tiene sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad y como síntomas comportamentales se tiene que poseen un aumento o reducción del consumo de alimentos, seguido por la ansiedad, angustia o desesperación, por consiguiente, al tener estos síntomas ocasionan que los estudiantes puedan presentar problemas académicos, debido a estos síntomas y signos influyen en su atención, por ende, no pueden cumplir a cabalidad sus responsabilidades que diariamente el estudiante debe sobrellevar en el área educativa, cabe recordar que el organismo trata de adaptarse a la situación estresante, pero al estar en un estrés constante este se puede volver en estrés malo, perdiendo las funciones cognitivas básicas como son la memoria, meditación, ocasionando o dando paso a la escasa contención y atención, originando que no puedan cumplir con sus tareas de manera correcta, repercutiendo en su rendimiento académico, que posteriormente se vuelve otro agente estresor. En cuanto se refiere a la atención, se aplicó el test D2 para determinar la atención que procesan los estudiantes midiendo un número adecuado de estímulos, pero lo hace de forma poca eficiente, cometiendo muchos errores principalmente por comisión, mostrando que existe una baja capacidad atencional, así como impulsividad, además se tiene que los estudiantes poseen un bajo nivel en cuanto se refiere a la efectividad total de la prueba (TOT), presentando dificultad para resolver problemas encomendados, mientras que en el índice de concentración (CON) se tiene como resultado que los estudiantes no pueden concentrarse en un momento y objeto determinado, al medir el índice de concentración o del equilibrio entre velocidad y precisión de la actuación; además la mayoría de los estudiantes presentan un nivel alto en cuanto se refiere al índice de variación (VAR), por lo que se puede mencionar que el estudiante presenta inestabilidad e inconsistencia en el tiempo, finalmente se puede mencionar que los estudiantes no saben cómo afrontar los estresores causantes del estrés académico, por ende, en el inventario SISCO se puede notar que no tienen una estrategia definida, pero la que usualmente usan en la habilidad asertiva (defender preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros, dando como consecuencia la ansiedad y con ella la falta de concentración, que se ve influenciada por la falta de sueño como los estudiantes dan a conocer.

## CAPÍTULO V. CONCLUSIONES y RECOMENDACIONES

### 5.1. Conclusiones

Los niveles predominantes de estrés académico en los estudiantes de la “Unidad Educativa Pensionado Americano International School” Riobamba, se tiene que 84% presentan un nivel moderado en cuanto se refiere a los estresores y 10% en nivel severo, evidenciando un alto porcentaje de estudiantes que han presentado o padecido preocupación a lo largo del año escolar que actualmente cursan, siendo el mayor estresor la sobrecarga de tareas y trabajos escolares, además el 61% de estudiantes los estudiantes se encuentran en un nivel moderado y un 19% en nivel severo en cuanto se refiere a síntomas y signos físicos, siendo la somnolencia o mayor necesidad de dormir los principales síntomas, en cambio el 58% de los estudiantes poseen un nivel moderado y el 16% severo en síntomas comportamentales con el aumento o reducción del consumo de alimentos. Si bien los síntomas psicológicos no presentan la mayoría de estudiantes en niveles severo, la falta de concentración y la ansiedad representan como las principales sintomatologías.

En el test de atención D2 se obtuvo las siguientes dimensiones de atención, en el total de respuestas los estudiantes presentan un promedio de 52 percentiles, situándose en un nivel medio en el total de respuestas (TR), mientras que al hablar de frecuencia se tiene que el 32% se encuentran en un nivel medio alto en TR, por lo que se puede mencionar que procesan un número adecuado de estímulos, pero lo hace de forma poca eficiente, cometiendo muchos errores principalmente por comisión. En cuanto se refiere al índice de efectividad total de la prueba (TOT) posee un nivel bajo con el 52% seguido por medio bajo, el índice de concentración (CON) tiene el mayor porcentaje en el nivel medio alto, y índice de variación el 85% en nivel alto, mostrando que existe una baja capacidad atencional, así como impulsividad.

La correlación entre las variables tiene correlación muy débil, en otras palabras el estrés académico y la atención se relacionan mínimamente, por ende se tiene que se puede presentar una baja atención y esta ligeramente puede estar ligado a la dificultad de resolver problemas encomendados, lo que repercute necesaria en no poder cumplir de manera satisfactoria las actividades académicas, ocasionando otro problema que suma al estrés como son las bajas calificaciones, por ende, se puede mencionar que el estrés académico tiene cierta influencia en los estudiantes, que muchas de las ocasiones no tienen una estrategia para poder afrontar el estrés, es por ello que mediante simples sesiones de relajación puede mejorar la salud psicológica y física.

## **5.2. Recomendaciones**

Debido a la presencia estresores académicos en la unidad educativa estudiada, es recomendable replicar el presente estudio, o estudios similares en diversas unidades educativas de la ciudad de Riobamba, debido a que muchos estudiantes pueden estar presentando síntomas de estrés académico, de los cuales muchos no son tratados o no tienen apoyo para poder superarlo, llegando a tener síntomas tanto físico, psicológicos y comportamentales, con finalidad de poder brindar una ayuda oportuna, además de generar datos para saber cómo se encuentra la salud psicológica de los estudiantes.

El Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) debería llegar a garantizar la calidad educativa y salud mental de los estudiantes, mediante proyectos o alternativas para que exista un mayor desarrollo académico, ya que al presentar falta de atención y concentración los estudiantes no pueden cumplir con sus tareas y pruebas de manera correcta, por eso se debe generar espacios de ocio que aporten a la relajación y brindar estrategias para tener una distribución de tiempo que permita cumplir con sus evaluaciones o exámenes de mejor manera.

Se debe implementar dentro de aula técnicas de relajación que disminuya la ansiedad y estrés ya que no produce efectos, además de manejar temas de manejo de salud alimentario, generar espacios de actividad física, realizar actividades artísticas, entre otras, para que el estudiante se encuentre en las mejores condiciones que le permitan poner en práctica y manera óptima sus habilidades cognitivas, llegando aportar que tenga un aprendizaje significativo, pero principalmente puedan mantener un estado emocional estable.

## BIBLIOGRAFÍA

- American Psychological Association. (2021, October 26). *Stress and decision-making during the pandemic*. <https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2021/october-decision-making>
- Barrazas Macías, A. (2007). El Inventario SISCO del Estrés Académico. *Investigación Educativa Duranguense*, 7, 89–93.
- Bolaño, M. (2017). *Uso de Herramientas Multimedia Interactivas en educación preescolar Using interactive multimedia tools preschool education*. *Dim*, 1–20.
- Frete Quiroz, N., Aranciaga, H., Torres, E., & Velasquez, L. (2022). Estrés académico en nuevos estudiantes en la Carrera de Enfermería. Caso UNAMAD. *Revista de Investigación En Salud*, 5(13), 170–178. <https://doi.org/https://doi.org/10.33996/revistavive.v5i13.139>
- Gil Álvarez, J. A., & Fernández Becerra, C. O. (2021). El estrés académico, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en residentes de Estomatología General Integral. *Edumecentro*, 13(1), 16–31. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742021000100016&lng=es&nrm=iso&tlng=es%0Ahttps://orcid.org/0000-0001-5048-6270%0Ahttp://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742021000100016&lng=es&nrm=iso&tlng=es%0Ahttps://](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742021000100016&lng=es&nrm=iso&tlng=es%0Ahttps://orcid.org/0000-0001-5048-6270%0Ahttp://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742021000100016&lng=es&nrm=iso&tlng=es%0Ahttps://)
- Guzman, J., & Mortigo, K. (2019). Qué factores influyen y en qué nivel de estrés académico se encuentran los estudiantes de psicología de la jornada nocturna del Politécnico Grancolombiano. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/1098/Qué factores influyen y en que nivel de estrés académico.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Indacochea Mendoza, L. R., López Pazmiño, M. N., Toasa Galarza, M. E., & Díaz Núñez, K. E. (2021). El estrés académico durante la emergencia sanitaria y sus afectaciones en las funciones básicas cognitivas: memoria, comprensión lenguaje, pensamiento. *Explorador Digital*, 5(2), 101–119. <https://doi.org/10.33262/exploradordigital.v5i2.1664>
- Lasluisa Chacha, M. B. (2020). *El estrés académico y su relación con el rendimiento académico en una muestra de adolescentes* [Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3076/1/77248.pdf>
- Peinado, A. L. (2018). *El estrés académico en los estudiantes del último año, estudio realizado con estudiantes del último año del ciclo diversificado del instituto nacional de educación diversificada, san pedro sacatepéquez* [Universidad de San Carlos de Guatemala]. [http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/29/29\\_0548.pdf](http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/29/29_0548.pdf)
- Rosales Fernández, J. G. (2016). Estrés académico y hábitos de estudio en universitarios de la Carrera de Psicología de un Centro de Formación Superior Privada de Lima-Sur [Universidad Autónoma del Perú]. In *Universidad Autónoma del Perú*. [http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/10071/palacios\\_fj.pdf?se](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/10071/palacios_fj.pdf?se)

- quence=1&isAllowed=y
- Sadler, J. (2021). Estudio ' COVID-19 GLOBAL IMPACT ' de CIGMA. *CIGMA*.  
[https://www.cignainternational.com/static/www-cignainternational-com/stress-care/spain/docs/ESTUDIO\\_COIVD\\_19\\_GLOBAL\\_IMPACT.PDF](https://www.cignainternational.com/static/www-cignainternational-com/stress-care/spain/docs/ESTUDIO_COIVD_19_GLOBAL_IMPACT.PDF)
- Sánchez Boris, I. M. (2021). Impacto psicológico de la COVID-19 en niños y adolescentes. *MEDISAN*, 25(1), 123–141. [https://www.cignainternational.com/static/www-cignainternational-com/stress-care/spain/docs/ESTUDIO\\_COIVD\\_19\\_GLOBAL\\_IMPACT.PDF](https://www.cignainternational.com/static/www-cignainternational-com/stress-care/spain/docs/ESTUDIO_COIVD_19_GLOBAL_IMPACT.PDF)
- Sánchez Espinosa, J. E. (2022). El estrés académico y su relación con estrategias de afrontamiento en adolescentes en el contexto de educación virtual [Universidad Técnica de Ambato]. In *Repositorio UTA*.  
<https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/19565?mode=full>
- Sánchez Santana, V. (2017). *Atención en estudiantes de la Unidad Educativa "Amelia Gallegos" Díaz*, Riobamba. Marzo-Julio 2017. [Universidad Nacional de Chimborazo]. <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/4388/1/UNACH-FCEHT-TG-P-EDUC-2017-000038.pdf>
- Silva Cevallos, D. D. (2020). *Estrés en los estudiantes de la Carrera de psicología Educativa de la facultad de Ciencias de la Educación Humanas y Tecnologías de la Universidad Nacional de Chimborazo, periodo Abril-Agosto 2019* [Universidad Nacional de Chimborazo]. <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/6446/1/UNACH-EC-FCEHT-TG-P.EDUC-2020-000025.pdf>
- Silva Ramos, M., López Cocotle, J., & Meza Zamora, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Ciencias Sociales y Humanas*, 28(79), 75–83. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/674/67462875008/html/index.html>
- Vallejo, R. (2022). *El estrés laboral y su relación con la satisfacción laboral* [Universidad Andina Simón Bolívar].  
<https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/8608/1/T3768-MGTH-Vallejo-El-estres.pdf>
- Villarroel, K., & Cruz-Riveros, C. (2021). Relación entre sesiones de atención plena y el nivel de estrés en estudiantes universitarios. *Enfermería Global*, 20(3), 362–388. <https://doi.org/10.6018/eglobal.442391>

## ANEXOS

### Anexo A: Acta de aprobación del perfil



Dirección  
Académica  
VICERRECTORADO ACADÉMICO



### ACTA DE APROBACIÓN PERFIL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

En la ciudad de Riobamba, a los 08 días del mes de diciembre de 2022 se reúnen los miembros de la Comisión de Carrera, quienes luego de haber revisado y analizado la petición presentada por el estudiante **BAZANTES FLORES JEYSON VINICIO** con CC: 0504083270, de la carrera de **PSICOPEDAGOGÍA** y dando cumplimiento a los criterios metodológicos exigidos, emiten el **ACTA DE APROBACIÓN** del **PERFIL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN** titulado **"EL ESTRÉS ACADÉMICO EN LA ATENCIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA "PENSIONADO AMERICANO INTERNACIONAL SCHOOL", RIOBAMBA"**, que corresponde al dominio científico **"DESARROLLO SOCIOECONÓMICO Y EDUCATIVO PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA INSTITUCIONALIDAD DEMOCRÁTICA Y CIUDADANA"** y alineado a la línea de investigación **"CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL / NO PROFESIONAL"**.

Dr. Marco Vinicio Paredes  
DIRECTOR CARRERA

Mgs. Luz Elsa Moreno  
MIEMBRO COMISION DE CARRERA

Mgs. Juan Carlos Marcillo  
MIEMBRO COMISION DE CARRERA

## Anexo B: Resolución HCD – Acta Favorable



Dirección  
Académica  
VICERRECTORADO ACADÉMICO



UNACH-RGF-01-04-08.11  
VERSIÓN 01: 06-09-2021

### ACTA FAVORABLE - INFORME FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

En la Ciudad de Riobamba, a los 14 días del mes de **Febrero** de 2023, luego de haber revisado el Informe Final del Trabajo de Investigación presentado por el estudiante **Jeyson Vinicio Bazantes Flores** con CC: **0504083270**, de la carrera **PSICOPEDAGOGÍA** y dando cumplimiento a los criterios metodológicos exigidos, se emite el **ACTA FAVORABLE DEL INFORME FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN** titulado **EL ESTRÉS ACADÉMICO EN LA ATENCIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA "PENSIONADO AMERICANO INTERNATIONAL SCHOOL"- RIOBAMBA**, por lo tanto se autoriza la presentación del mismo para los trámites pertinentes.

Mgs. Aracely Carolina Rodríguez Vintimilla  
**TUTORA**

## Anexo C: Resolución Administrativa No. 0058-DFCEHT-UNACH-2023



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN,  
HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

DECANATO

en movimiento



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

### RESOLUCIÓN ADMINISTRATIVA No. 0058- DFCEHT-UNACH-2023

**Dra. Amparo Cazorla Basantes**  
DECANA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

#### CONSIDERANDO:

Que, el Estatuto de la Universidad Nacional de Chimborazo, en su Art. 144, literal a) expresa: "Decano, máxima autoridad académica de la Facultad, responsable de la gestión estratégica";

Que, el Estatuto de la Universidad Nacional de Chimborazo, en su Art. 146, numeral 16, determina que es atribución del decano de la Facultad resolver las solicitudes de personal académico, administrativo y estudiantes que no sean competencia expresa de órganos de mayor jerarquía";

Que, el Reglamento de Titulación de la Universidad Nacional de Chimborazo, aprobado por el Consejo Universitario, en sesión de fecha 29 de junio del 2021, en su Art. 24, literal b), determina: "La Dirección de Carrera con la Comisión de Carrera, en el término de hasta tres días, a partir de la recepción del informe final del trabajo de investigación elaborará la propuesta de designación de los tres miembros evaluadores que conformarán el tribunal para la sustentación. La Dirección de Carrera remitirá al Decanato la propuesta de designación de los tres miembros evaluadores que conformarán el tribunal para la sustentación. Una vez aprobada la propuesta de designación de los tres evaluadores, el Decanato notificará a través de la correspondiente resolución, la designación de los tres miembros evaluadores que conformarán el tribunal para la sustentación del trabajo de investigación, al estudiante, a los miembros evaluadores, al profesor tutor y a la Dirección de Carrera, en un término de hasta tres días a partir de haber recibido la propuesta de designación de miembros evaluadores. El Decanato de cada facultad designará al presidente del tribunal de entre sus miembros, lo que deberá constar en la resolución de aprobación correspondiente. El presidente del tribunal conducirá el acto de sustentación de acuerdo con el protocolo establecido. La Dirección de Carrera remitirá el informe final del trabajo de investigación a los tres miembros evaluadores y al profesor tutor en el término de hasta dos días a partir de recibida la notificación. De ser el caso, los miembros evaluadores designados para conformar el tribunal para la sustentación serán los mismos que actúen en la sustentación de gracia.", **El formato de subrayado y negrita, me corresponden;**

Que, mediante Oficio No. 058-PSPFCEHT-UNACH-2023, el Mgs. Marco Vinicio Paredes Robalino, Director de la Carrera de Psicopedagogía, en la parte pertinente de la comunicación expresa: "...la entrega de la propuesta de conformación de miembros de tribunales y asignación para la evaluación de proyectos de investigación de las estudiantes de la carrera de Psicopedagogía en el período 2022-1S....";

Que, revisado el trámite correspondiente, el proceso cumple con las exigencias pertinentes;

En ejercicio de las atribuciones que le confiere la normativa legal correspondiente:



**RESUELVE:**

Aprobar la propuesta de designación de los tres miembros evaluadores que conformarán el tribunal para la sustentación del Proyecto de Investigación de los estudiantes de octavo semestre de la Carrera de Psicopedagogía, período académico 2022 - 1 S, en base al listado remitido por el señor Director de Carrera, mediante Oficio No. 058-PSPFCEHT-UNACH-2023; y, designar al presidente del tribunal correspondiente. Por consiguiente, el tribunal con el respectivo presidente, queda establecido de la siguiente manera:

No.	APELLIDOS Y NOMBRES	TEMAS	TUTOR /TUTORA	MIEMBROS EVALUADORES DEL TRIBUNAL	PRESIDENTE
1	JEYSON VINICIO BAZANTES FLORES	EL ESTRES ACADEMICO EN LA ATENCIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA "PENSIONADO AMERICANO INTERNATIONAL SCHOOL"- RIOBAMBA	MGS. ARACELLY RODRÍGUEZ	DR. PATRICIO GUZMÁN YUCTA MGS. LUZ ELISA MORENO A. DR. FERNÁNDEZ JORGE	MGS. LUZ ELISA MORENO A.
2	CAIZA VARGAS DAYSE CAROLINA	LA COMUNICACIÓN FAMILIAR EN EL ESTADO EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO- RIOBAMBA	MGS. JUAN CARLOS MARCILLO COELLO	DR. PATRICIO GUZMÁN DR. VICENTE UREÑA TORRES. DRA. PATRICIA BRAVO.	DRA. PATRICIA BRAVO.
3	ALBAN SIGCHA HEIDI NICOLE	LA EDUCACIÓN VIRTUAL EN EL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA "AGUSTÍN ALBÁN" DEL CANTÓN PUJILI.	DR. CLAUDIO MALDONADO	DR. PATRICIO GUZMÁN DR. VICENTE UREÑA TORRES DRA. PATRICIA BRAVO.	DRA. PATRICIA BRAVO.
4	ADRIANO CAMPOVERDE CATHERINE MICHELLE	EL ROL DE LOS PADRES EN LA EDUCACIÓN SEXUAL DE LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA "CAMILO GALLEGOS"- RIOBAMBA	DR. MARCO PAREDES	MGS. LUZ ELISA MORENO ARRIETA MGS. ALFREDO FIGUEROA OQUENDO DR. PATRICIO GUZMÁN YUCTA	MGS. LUZ ELISA MORENO A
5	CEDENO ZAMBRANO ROCIO MARIBEL	LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE EN LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MADONADO"	DRA. PATRICIA BRAVO	DR. JORGE FERNÁNDEZ PINO. DR. VICENTE UREÑA TORRES MGS. CRISTINA POMBOZA FLORIL	DR. JORGE FERNÁNDEZ PINO.
6	MACAS JATIVA PATRICIA MARILIN	LAS PRACTICAS PREPROFESIONALES PARA CUMPLIR EL PERFIL DEL PSICOPEDAGOGO EN LOS ESTUDIANTES DE PSICOPEDAGOGIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO	MGS. SANDRA SOFÍA CHÁVES YÉPEZ	MGS FABIANA DE LEÓN MGS. JUAN CARLOS MARCILLO COELLO MGS. PACO JANETA PATIÑO	MGS. JUAN CARLOS MARCILLO COELLO.
7	REINOSO DUCHI VICKY JESSENIA	"EL NIVEL DE AUTOESTIMA Y SU IMPACTO EN EL APRENDIZAJE DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA LEONTIE VIGOTSKY".	MGS FABIANA DE LEÓN	MGS. SANDRA SOFÍA CHÁVES YÉPEZ  DR. PATRICIO GUZMÁN YUCTA	DR. PATRICIO GUZMÁN YUCTA.



				DR. JORGE FERNÁNDEZ	
8	MARINO MOLINA VANESSA LISSETTE	"MOTIVACIÓN EDUCATIVA EN EL APRENDIZAJE EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO".	MGS. LUZ ELISA MORENO ARRIETA	MGS. ALFREDO FIGUEROA FABIANA DE LEÓN. MGS. SANDRA SOFÍA CHÁVES YÉPEZ	MGS FABIANA DE LEÓN
9	LLAMUCA YUNGA JULIZA JHOSEX	"ACTITUDES ANTE SITUACIONES DE AGRAVIO EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO".	MGS. LUZ ELISA MORENO ARRIETA	DR. PATRICIO GUZMÁN FERNÁNDEZ. MGS. ALFREDO FIGUEROA	DR. JORGE FERNÁNDEZ.
10	ZUNIGA SANTOS PAULINA BRISSEL	"LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU IMPACTO EN EL CLIMA ESCOLAR DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA "SAN MATEO" RIOBAMBA"	MGS. JUAN CARLOS MARCILLO COELLO	DRA. PATRICIA BRAVO. DR. VICENTE UREÑA TORRES. MGS. ARACELLY RODRÍGUEZ	DRA. PATRICIA BRAVO.
11	RAMOS ORDÓÑEZ ALEXIS JOEL	LA SALUD EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA "PEDRO VICENTE MALDONADO". RIOBAMBA	MGS. FABIANA DE LEÓN	MGS. LUZ ELISA MORENO ARRIETA. MGS. ALFREDO FIGUEROA OQUENDO. DR. PATRICIO GUZMÁN YUCTA	MGS. LUZ ELISA MORENO ARRIETA.
12	JÁCOME JAÑA LIZBETH ESTEFANÍA	ESTILOS DE APRENDIZAJE Y LA LECTO ESCRITURA EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA "SAN FELIPE DE NERI"	MGS. SOFIA CHAVES	DR. JORGE FERNÁNDEZ PINO. DR. VICENTE UREÑA TORRES. MGS. CRISTINA POMBOZA FLORIL	DR. JORGE FERNÁNDEZ PINO.

Dada en la ciudad de Riobamba, a los ocho días del mes de marzo de 2023.



AMPARO LILIAN  
CAZORLA  
BASANTES

Dra. Amparo Cazorla Basantes, PhD.  
**DECANA**

c.c. Archivo

Elaborado: Mgs. Zoila Jácome.

Funcionarios que reciben	Fecha de recepción	Firma
Director/a de carrera	08-03-2023	
Miembros y Presidente del tribunal.		

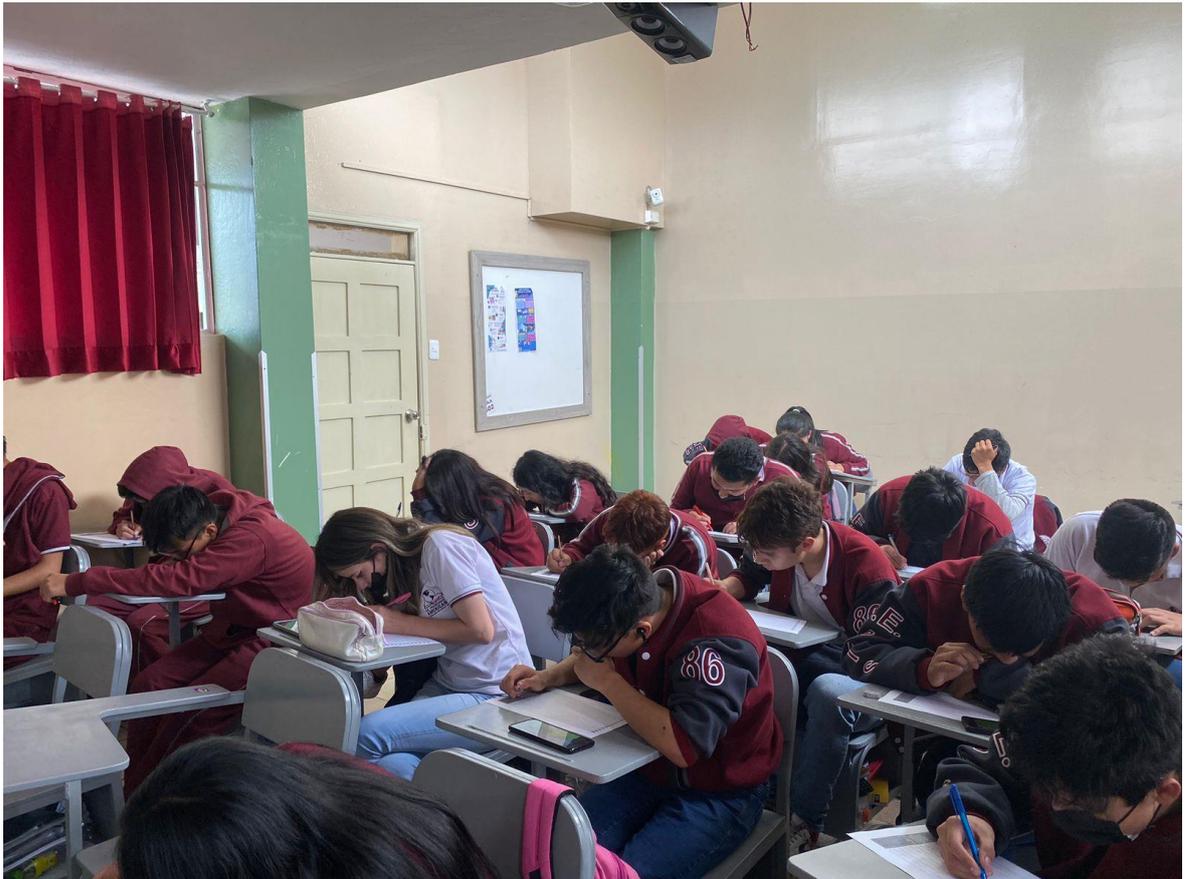
**Anexo D:** Aplicación del inventario SISCO a estudiantes de la Unidad Educativa Pensionado Americano International School.



**Fuente:** Unidad Educativa Pensionado Americano International School.

**Elaborado por:** Jeyson Bazantes.

**Descripción:** Aplicación del Inventario SISCO a 1ro BGU.



**Fuente:** Unidad Educativa Pensionado Americano International School.  
**Elaborado por:** Jeyson Bazantes.  
**Descripción:** Aplicación del Inventario SISCO a 2do BGU.

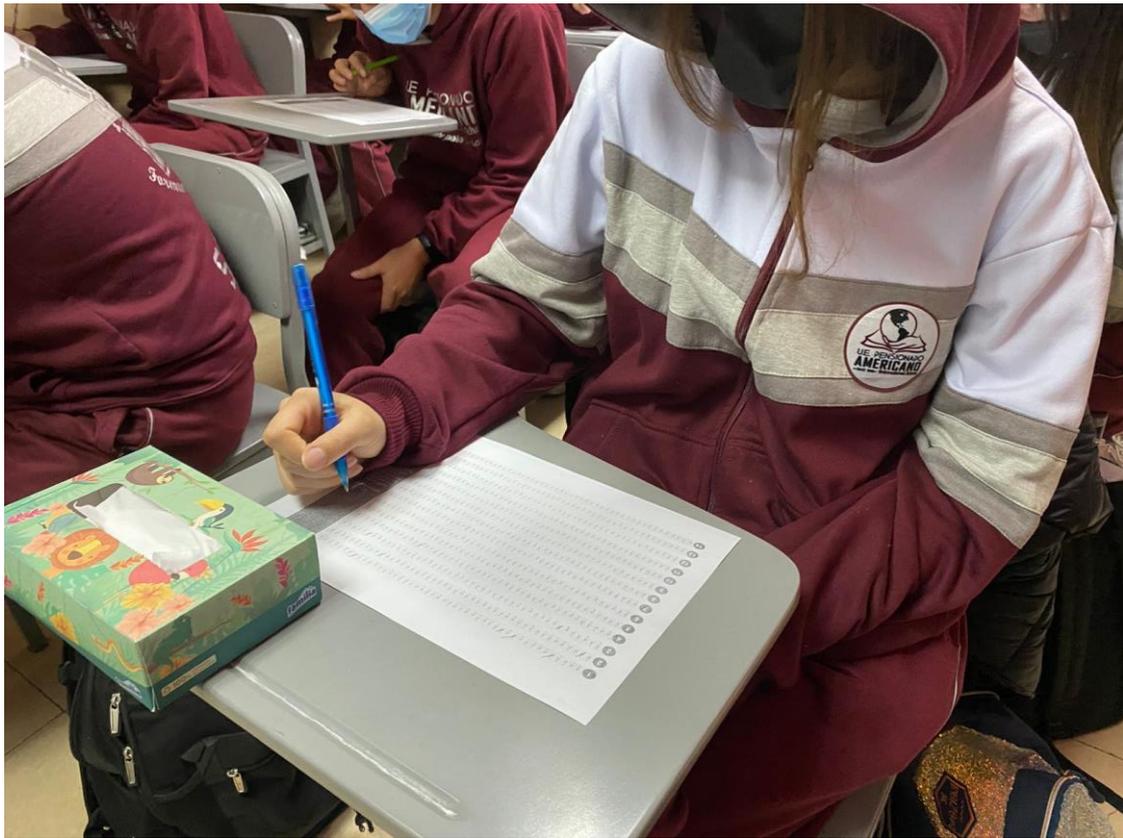


**Fuente:** Unidad Educativa Pensionado Americano International School.

**Elaborado por:** Jeyson Bazantes.

**Descripción:** Aplicación del Inventario SISCO a 3ro BGU.

**Anexo E:** Aplicación del inventario SISCO a estudiantes de la Unidad Educativa Pensionado Americano International School



**Fuente:** Unidad Educativa Pensionado Americano International School.

**Elaborado por:** Jeyson Bazantes.

**Descripción:** Aplicación del Test D2



**Fuente:** Unidad Educativa Pensionado Americano International School.  
**Elaborado por:** Jeyson Bazantes.  
**Descripción:** Aplicación del Test D2

## ANEXO F. Inventario SISCO G

### Inventario

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

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

Sí

No

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

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

1	2	3	4	5

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

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

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

<b>Reacciones físicas</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
<b>Reacciones psicológicas</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
<b>Reacciones comportamentales</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
<b>Otras (especifique)</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre

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

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación)					

que preocupa)					
Otra _____					
(Especifique)					

### Referencias

- Barraza Macias, Arturo. (2006). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*. En la Biblioteca Virtual de Psicología Científica.com, disponible en <http://www.psicologiacientifica.com> y en la *Revista Electrónica de Psicología Iztacala* Vol. 9, No. 3, pp. 110-129 (on line)
- Barraza Macias Arturo (2007), *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico*, En la Biblioteca Virtual de Psicología Científica.com, disponible en <http://www.psicologiacientifica.com>
- García Cadena Cirilo H. (2006). "La medición en ciencias sociales y en la psicología". En: Landeros, René y González, Mónica. *Estadística con SPSS y metodología de la investigación*. México: Trillas.
- Hogan Thomas, P. (2004). *Pruebas psicológicas*. México: El Manual Moderno.

## DOSSIER

### LA INVESTIGACIÓN EDUCATIVA EN LA UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA DE DURANGO

INED

No. 7 septiembre de 2007 **93**  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA DE DURANGO

## ANEXO G. TEST DE ATENCIÓN D2

Nº 298 Nombre y apellidos: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Sexo:  V  M Centro/Empresa: \_\_\_\_\_

d2

Esta prueba trata de conocer su capacidad de concentración en una tarea determinada. En esta página se le presenta un ejemplo y una línea de entrenamiento para que usted se familiarice con la tarea.

**Ejemplo**

Observe las tres letras minúsculas del ejemplo. Se trata de la letra **d** acompañada de dos rayitas. La primera **d** tiene las dos rayitas encima, la segunda las tiene debajo y la tercera **d** tiene una rayita encima y otra debajo. Observe que en estos casos la letra **d** va acompañada de dos rayitas.

Su tarea consistirá en buscar las letras **d** iguales a esas tres (con dos rayitas) y marcarlas con una línea (/). Fíjense bien, porque hay letras **d** con más de dos o menos de dos rayitas y letras **p**, que **NO** deberá marcar en ningún caso, independientemente del número de rayitas que tengan. Si se equivoca y quiere cambiar una respuesta, debe tachar la línea con otra, formando un aspa (X), de forma que se advierta que desea corregir el error.

Vd. sólo deberá marcar las letras **d** con dos rayitas. Practique en la línea de entrenamiento que aparece al final de esta página. Observe que cada letra lleva encima un número. La primera letra ya aparece tachada a modo de ejemplo. Haga ahora la línea de entrenamiento.

Cuando haya terminado, compruebe que ha marcado las letras números **3, 5, 6, 9, 12, 13, 17, 19 y 22**.

A la vuelta de la hoja (ESPERE, NO LA VUELVA TODAVÍA) encontrará 14 líneas similares a la línea de práctica que acaba de realizar. De nuevo, su tarea consistirá en marcar las letras **d** con dos rayitas. Comenzará en la línea nº 1 y cuando el examinador le diga ¡CAMBIO!, pasará a trabajar a la línea nº 2 y cuando el examinador diga ¡CAMBIO! comenzará la siguiente línea de la prueba y así sucesivamente. Compruebe que no se salta ninguna línea.

Trabaje tan rápidamente como pueda sin cometer errores. Permanezca trabajando hasta que el examinador diga ¡BASTA!; en ese momento deberá pararse inmediatamente y dar la vuelta a esta hoja.

ESPERE. NO VUELVA LA HOJA HASTA QUE SE LO INDIQUE EL EXAMINADOR.

Línea de entrenamiento

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
	/	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"
	d	p	d	d	d	d	p	d	d	p	d	d	d	d	p	d	d	d	p	d	d	p
	/	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"	"

lea  
 Autor: Real Encuentro - Copyright © 1992 by Hogar & Hacer Publishers  
 Copyright de la edición española © 2002 by EA Ediciones, S.A. Prohibida la reproducción total o parcial. Todos los derechos reservados - Este ejemplar será impreso en DOS TINTAS. Si se presentan uno en negro, se una reproducción legal. En beneficio de la prueba y en su propio, NO LA UTILICE - Printed in Spain. Impreso en España.





Anexo H: Resultados del test D2

CODIGO	SEXO	TR		TA		O		C		TOT	CON	VAR
		DIRECTO	PERCENTIL	DIRECTO	PERCENTIL	DIRECTO	PERCENTIL	DIRECTO	PERCENTIL			
1	M	372	60	158	55	69	4	9	10	25	65	96
2	M	304	25	135	25	92	3	1	55	1	50	96
3	V	435	85	160	60	67	4	5	15	60	75	85
4	M	395	70	155	50	122	1	1	55	15	75	96
5	V	289	20	118	15	159	1	7	10	1	20	45
6	V	420	85	156	50	121	1	3	30	25	75	90
7	M	375	60	124	20	153	1	7	10	2	25	96
8	M	355	45	151	45	126	1	3	30	4	65	96
9	V	420	85	155	50	122	1	5	15	25	70	30
10	M	303	20	116	10	161	1	5	15	1	20	99
11	V	335	40	125	20	102	1	0	80	4	35	30
12	V	373	60	135	25	92	3	6	15	15	45	96
13	V	415	80	146	35	81	4	5	15	45	60	99
14	V	455	90	156	50	71	4	5	15	70	70	96
15	M	332	40	136	25	91	4	7	10	4	45	40
16	V	433	85	135	25	92	3	8	10	45	40	99
17	V	435	85	156	50	71	4	0	80	65	75	97
18	M	260	5	102	4	125	1	3	30	1	10	90

19	M	285	15	118	15	109	1	3	30	1	25	85
20	V	340	45	142	30	85	4	5	15	5	55	97
21	M	380	65	133	20	94	3	2	40	20	45	90
22	M	402	75	166	70	61	5	3	30	50	85	85
23	V	358	50	152	45	75	4	4	20	20	65	96
24	V	399	75	160	60	67	4	2	40	45	80	99
25	V	485	96	200	95	27	20	1	55	96	99	25
26	M	350	45	150	40	77	4	2	40	15	65	95
27	V	381	65	155	50	72	4	1	55	35	75	90
28	V	390	70	166	70	61	5	5	15	40	80	25
29	M	304	25	131	20	96	2	3	30	1	40	95
30	V	378	65	159	60	68	4	6	15	30	75	96
31	V	410	80	177	80	50	10	3	30	60	95	96
32	M	264	10	102	4	125	1	9	10	1	10	96
33	V	285	15	111	10	116	1	5	15	1	15	96
34	V	310	30	127	20	100	1	0	80	1	40	90
35	M	377	65	145	35	82	4	5	15	25	60	80
36	V	381	65	144	35	83	4	3	30	25	60	55
37	V	402	75	158	55	72	4	5	15	40	75	95
38	V	386	70	151	45	76	4	8	10	30	60	90
39	M	398	75	160	60	67	4	2	40	45	80	96
40	V	419	80	168	75	59	5	4	20	60	85	97
41	M	430	85	174	80	53	10	1	55	70	95	96
42	V	398	75	166	70	61	5	3	30	45	85	85

43	M	289	20	120	15	107	1	1	55	1	30	55
44	M	315	30	129	20	98	1	2	40	2	40	90
45	V	320	35	136	25	91	4	1	55	4	55	97
46	V	369	55	155	50	72	4	3	30	25	75	98
47	M	402	75	167	70	60	5	1	55	50	90	97
48	M	235	2	92	2	135	1	0	80	1	10	90
49	V	255	4	100	3	127	1	1	55	1	10	90
50	V	289	20	125	20	102	1	2	40	1	35	95
51	V	303	20	121	15	106	1	1	55	1	30	65
52	V	358	50	150	40	77	4	2	40	20	65	95
53	V	381	65	161	65	66	4	3	30	35	80	90
54	V	310	30	140	30	87	4	0	80	3	60	98
55	M	379	65	159	60	68	4	1	55	35	80	97
56	M	338	40	138	30	89	4	2	40	5	55	97
57	M	263	5	100	3	127	1	4	20	1	10	96
58	M	309	25	125	20	102	1	0	80	1	35	95
59	V	259	5	95	3	132	1	2	40	1	10	95
60	M	357	50	155	50	72	4	3	30	20	75	90
61	V	362	55	155	50	72	4	0	80	25	75	97
62	V	315	30	130	20	97	2	2	40	2	40	90
63	V	398	75	165	70	62	5	2	40	45	85	96
64	M	492	97	184	97	40	5	1	50	96	97	85
65	M	400	75	155	75	55	2	3	20	50	75	95