



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA
EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA
MODALIDAD PRESENCIAL

Proyecto de Investigación previo a la obtención del Título de
Licenciada en Psicopedagogía.

TEMA:

“EL ESTRÉS Y EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES
DE NIVELACIÓN DE CARRERA DE LA FACULTAD DE JURISPRUDENCIA Y
CIENCIAS SOCIALES DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO EN
TIEMPOS DE PANDEMIA POR EL COVID 19”.

AUTORA: Riera Pucha Jennifer Valeria

TUTOR: Dr. Mg. Andrade Albán Jorge Rodrigo

AMBATO – ECUADOR

2021

APROBACIÓN DEL TUTOR

CERTIFICA:

Yo, Dr. Jorge Rodrigo Andrade Albán, Mg, con C.I.0501070099 ,en calidad de tutor del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “EL ESTRÉS Y EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DE NIVELACIÓN DE CARRERA DE LA FACULTAD DE JURISPRUDENCIA Y CIENCIAS SOCIALES DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO EN TIEMPOS DE PANDEMIA POR EL COVID 19”, desarrollado por el estudiante Jennifer Valeria Riera Pucha, considero que dicho informe investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la comisión calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.



Firmado electrónicamente por:
JORGE RODRIGO
ANDRADE ALBAN

Dr. Jorge Rodrigo Andrade Albán, Mg.

C.I 0501070099

TUTOR

AUTORIA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Jennifer Valeria Riera Pucha, con C.I. 1805074752, autora del proyecto de investigación: “EL ESTRÉS Y EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DE NIVELACIÓN DE CARRERA DE LA FACULTAD DE JURISPRUDENCIA Y CIENCIAS SOCIALES DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO EN TIEMPOS DE PANDEMIA POR EL COVID 19”, dejo en constancia que, en la investigación, la cual está basada en la experiencia profesional, en los estudios realizados durante la carrera, investigaciones bibliográficas y estudios de campo, ha obtenido las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación. Las ideas, opiniones y recomendaciones son exclusiva responsabilidad del autor.



Jennifer Valeria Riera Pucha

C.I. 1805074752

AUTORA

APROBACION DEL TRIBUNAL DE GRADO

La comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “EL ESTRÉS Y EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DE NIVELACIÓN DE CARRERA DE LA FACULTAD DE JURISPRUDENCIA Y CIENCIAS SOCIALES DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO EN TIEMPOS DE PANDEMIA POR EL COVID 19”, presentado por la señorita Jennifer Valeria Riera Pucha, estudiante de la carrera de Psicopedagogía, de conformidad con el Reglamento de Graduación para obtener el título terminal de Tercer Nivel de la Universidad Técnica de Ambato

Por lo tanto, se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.

COMISIÓN CALIFICADORA



Lcda. Diaz Martin Yanet.
C.C. 1756373138
Miembro de comisión calificadora



Psic.Edu. Rivera Flores Danny Gonzalo
C.C. 1804012969
Miembro de comisión calificadora

DEDICATORIA

A Dios por darme la fortaleza de seguir luchando día a día en el transcurso de mi carrera y por haberme permitido llegar hasta donde estoy hoy.

A mi madre Miryan quien con su amor, lucha, paciencia y perseverancia me ha permitido llegar a cumplir un sueño más, por inculcar en mí valores que me servirán el resto de mi vida, siendo mi mejor ejemplo a seguir y por estar conmigo en las buenas y en las malas siempre.

A mi padrastro Guido por brindarme su conocimiento y apoyo día a día, por ser la voz de aliento que he necesitado siempre. A mis hermanos que siempre han estado apoyándome, dándome consejos y por ser parte de cada paso que he dado para finalmente conseguir graduarme.

Finalmente, a mis amigas por siempre estar cuando las necesito, por brindarme su apoyo incondicional y por estar conmigo hasta el final cumpliendo una de nuestras metas juntas.

AGRADECIMIENTO

Primeramente, agradezco a Dios por bendecirme para llegar hasta donde he llegado, porque hizo realidad este sueño anhelado.

También me gustaría agradecer a mis profesores durante toda mi carrera profesional porque todos han aportado con un granito de arena a mi formación.

De igual manera agradecer a mi profesor tutor de Tesis y coordinador de carrera Dr. Rodrigo Andrade por su visión crítica de muchos aspectos cotidianos de la vida, por su rectitud en su profesión como docente, por sus consejos, que ayudan a formarte como persona e investigador.

Son muchas las personas que han formado parte de mi vida profesional a las que me encantaría agradecerles su amistad, consejos, apoyo, ánimo y compañía en los momentos más difíciles de mi vida. Gracias por formar parte de mí, por todo lo que me han brindado y por todas sus bendiciones.

Finalmente, al proyecto de investigación titulado: “Desigualdades educativas, representaciones y experiencias de la educación universitaria en tiempos de COVID-19 y Post-COVID-19” del cual esta tesis forma parte.

INDICE DE CONTENIDOS

Contenido	
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	ii
AUTORIA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	iii
APROBACION DEL TRIBUNAL DE GRADO	iv
DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO	vi
RESUMEN EJECUTIVO	xiii
ABSTRACT.....	xiv
INTRODUCCIÓN	15
CAPITULO I.....	16
MARCO TEÓRICO.....	16
1.1 Antecedentes Investigativos.....	16
1.2. Objetivos.....	20
1.2.1. Objetivo General	20
1.2.2. Objetivos Específicos.....	20
1.3. Fundamentación teórico-científica.....	20
1.3.1.Variable independiente: Estrés.....	20
1.3.2 Variable Dependiente: Rendimiento Académico.....	31
CAPITULO II	45

METODOLOGÍA	45
2.1. Materiales	45
2.1.1. Recursos Humanos	45
2.1.2. Recursos Institucionales	45
2.1.3. Recursos materiales.....	45
2.1.4. Recursos económicos	45
2.2. Métodos.....	46
2.2.1. Tipo de Investigación.....	46
2.2.2. Modalidad basica de la investigación	46
2.2.3. Niveles de investigación	47
2.2.4. Población.....	47
2.2.5. Técnicas e instrumentos	48
CAPITULO III.....	49
RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	49
3.1. Análisis y discusión de los resultados.....	49
3.1.1. Variable independiente: Estrés.....	49
3.1.2 Variable dependiente: Rendimiento Académico.....	55
3.2. Verificación de hipótesis.....	63
3.2.1. Planteamiento de la Hipótesis	63
3.2.2. Especificación del Estadígrafo.....	63
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	68

4.1. CONCLUSIONES	68
4.2. RECOMENDACIONES	69
5. BIBLIOGRAFIA	70
6. ANEXOS	77
Anexo 1. Manual de Estrés SISCO 2da Edición.....	77
Anexo 2. Instrumento para evaluar factores que influyen en el rendimiento académico.	79
Anexo 3. Operacionalización de variables.....	80
Anexo 4. Evidencia de recolección de datos.....	82
Anexo 5. Esquema de Guía de investigación.....	83
Anexo 6. Validación de instrumento VD: Rendimiento Académico.....	96

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 Consecuencias del bajo rendimiento académico.....	37
Tabla 2 Recursos utilizados en la investigación.	45
Tabla 3 Población.....	47
Tabla 4 Nivel de estrés presentada por estudiantes de nivelación.	49
Tabla 5 ¿Con qué frecuencia te estresa?	50
Tabla 6 Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado.....	52
Tabla 7 Tabla de acciones para enfrentar el estrés.....	53
Tabla 8 Trayectoria estudiantil durante el bachillerato.....	55
Tabla 9 Trayectoria estudiantil universitaria.....	56
Tabla 10. variables institucionales y pedagógicas.	58
Tabla 11 Método de Estudio	59
Tabla 12 Percepciones sobre el rendimiento académico.....	61
Tabla 13 Distribución según el género.....	64
Tabla 14. Tabla Chi cuadrado.	66
Tabla 15 Tabla Cruzada Chi Cuadrado.....	67

INDICE DE ILUSTRACIONES.

Ilustración 1 Impacto del estrés en la vida de las personas.	22
Ilustración 2 Principales características del estrés.....	23
Ilustración 3 Factores y características del estrés.	24
Ilustración 4 Consecuencias del estrés en las personas.	25
Ilustración 5 Que pasa en el cerebro.....	26
Ilustración 6 Instrumentos digitales aplicados por los 29 países en los sistemas de educación, 2020.....	30
Ilustración 7 Factores que intervienen en el rendimiento académico.....	33
Ilustración 8 Causas del bajo rendimiento académico.....	36
Ilustración 9 Ventajas de la educación virtual.....	39
Ilustración 10 Desventajas de la educación virtual.	40
Ilustración 11 Retos de la educación virtual.....	41
Ilustración 12 Factores para enfrentar el estrés.	42
Ilustración 13 Principales herramientas digitales de enseñanza.	44
Ilustración 14 Nivel de estrés presentado por estudiantes.....	49
Ilustración 15 ¿Con qué frecuencia te estresa?.....	51
Ilustración 16 Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado	52
Ilustración 17 ¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés?.....	54

Ilustración 18 Trayectoria estudiantil durante el bachillerato.	55
Ilustración 19 Trayectoria estudiantil universitaria.	57
Ilustración 20 Variables instituciones y pedagógicas.	58
Ilustración 21 Variables Método de Estudio	60
Ilustración 22 Percepciones sobre el rendimiento académico.	61
Ilustración 23 Distribución teórica de Chi Cuadrado	65
Ilustración 24 Campana de Gauss	65

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA
MODALIDAD PRESENCIAL

TEMA: “EL ESTRÉS Y EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DE NIVELACIÓN DE CARRERA DE LA FACULTAD DE JURISPRUDENCIA Y CIENCIAS SOCIALES DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO EN TIEMPOS DE PANDEMIA POR EL COVID 19”.

Autora: Jennifer Valeria Riera Pucha

Tutor: Dr. Mg. Rodrigo Andrade

RESUMEN EJECUTIVO

El presente trabajo de investigación se realizó con el objetivo conocer la relación que existente entre el Estrés y el Rendimiento Académico en los estudiantes de nivelación de carrera de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato en tiempos de pandemia por COVID-19. Con respecto a la metodología se empleó un enfoque mixto, es decir cualitativo y cuantitativo, con un diseño no experimental, descriptivo y correlacional, que contribuyeron a la recolección de información y datos estadísticos; para la investigación se seleccionó a 160 estudiantes de nivelación de las carreras de Derecho, Trabajo Social y Comunicación.

Para la variable independiente “Estrés “se aplicó el Inventario SISCO del Estrés académico y para la variable dependiente “Rendimiento académico” se aplicó un cuestionario que evalúa los factores que influyen en el rendimiento académico. Para ello se conoció la relación existente entre las variables y se realizó un análisis e interpretación de los resultados obtenidos por medio de la aplicación de los instrumentos y se determinó que el Estrés SI influye en el Rendimiento académico de los estudiantes. Representados por un 60,63% de nivel de estrés moderado. Como recomendación se estableció estrategias que ayuden a mejorar el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes.

Palabras clave: Estrés, rendimiento académico, estudiantes, COVID-19.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA
MODALIDAD PRESENCIAL

THEME: “EL ESTRÉS Y EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DE NIVELACIÓN DE CARRERA DE LA FACULTAD DE JURISPRUDENCIA Y CIENCIAS SOCIALES DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO EN TIEMPOS DE PANDEMIA POR EL COVID 19”.

Author: Jennifer Valeria Riera Pucha

Tutor: Dr. Mg. Rodrigo Andrade

ABSTRACT

This research work was carried out with the objective of knowing the relationship that exists between Stress and Academic Performance in career leveling students of the Faculty of Jurisprudence and Social Sciences of the Technical University of Ambato in times of pandemic by COVID- 19. Regarding the methodology, a mixed approach was used, that is, qualitative and quantitative, with a non-experimental, descriptive and correlational design, which contributed to the collection of information and statistical data; 160 students of leveling the careers of Law, Social Work and Communication were selected for the investigation.

For the independent variable "Stress" the SISCO Inventory of Academic Stress was applied and for the dependent variable "Academic performance" a questionnaire was applied that assesses the factors that influence academic performance. For this, the existing relationship between the variables was known and an analysis and interpretation of the results obtained through the application of the instruments was carried out and it was determined that the Stress IF influences the academic performance of the students. Represented by a 60.63% moderate stress level. As a recommendation, strategies were established to help improve student stress and academic performance of students.

Keywords: Stress, academic performance, students, COVID-19

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación tiene como finalidad conocer la influencia del estrés en el rendimiento académico, de manera especial en el contexto de la pandemia. El mismo se ha desarrollado en estudiantes de nivelación de las carreras de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato.

Dentro del **Capítulo I**, se establece una contextualización teórica del problema, antecedentes investigativos nacionales e internacionales, el objetivo de estudio general y objetivos específicos.

En el **Capítulo II**, está integrando por el marco metodológico, el nivel y tipo de investigación, el tamaño de la población, Operacionalización de variables.

En el **Capítulo III**, se desarrolló el análisis y discusión de los datos, se elaboró una recolección de datos por medio de la aplicación del Inventario SISCO, se obtiene las tablas y gráficos de los resultados obtenidos de los instrumentos aplicados con ello se puede realizar un análisis y comparación con la realidad y la razón. Se estructura la hipótesis que posteriormente será sometida a verificación y esta permita poner a prueba aspectos de la realidad a investigarse, se verifica la hipótesis a través del procedimiento del CHI cuadrado.

Dentro del **Capítulo IV**, se establecen las conclusiones y recomendaciones las cuales giran en torno a los objetivos de la investigación además de las recomendaciones sobre los temas más relevantes y conflictivos de la investigación, esto relacionado también a las variables de estudio como son el estrés y el rendimiento académico.

CAPITULO I

MARCO TEÓRICO.

1.1 Antecedentes Investigativos.

Dentro de la presente investigación se encuentran dos variables como son “el estrés” y el “rendimiento académico” de las cuales se pudo identificar información relevante y de gran utilidad para el desarrollo de dicho proyecto; los antecedentes investigativos se han obtenido de distintas revistas, documentos y repositorios de universidades de otros países que favorecerán la recopilación de datos tanto a nivel internacional como nacional.

El proceso de globalización y las exigencias propias del mundo moderno trae consigo una serie de secuelas negativas en el modo de vida de las personas en especial en la salud física y mental de las personas. Conforme datos globales del Banco Mundial el 25% de las personas a nivel mundial padecen algún tipo de trastorno mental, muchos de ellos relacionados al estrés. Este frecuente en los entornos familiares, educativos y de trabajo, no obstante, ciertas condiciones han profundizado estos problemas por la escasa cobertura profesional en salud mental (Banco Mundial, 2015).

En la investigación con el tema: “Estrés académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar” Del Toro et al., (2011), de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuba, se obtiene como conclusión en función a la variable independiente:

- Se halló un predominio de altos niveles de estrés en educandos, sobre todo del sexo femenino, así como también de las situaciones estresantes: sobrecarga de tareas y deberes escolares, evaluaciones docentes y tiempo limitado para realizar el trabajo.

Por otra parte, en la investigación con el tema: “Estrés académico” de la Universidad de Ciencias Médicas de Villa Clara en Cuba, con respecto a la variable independiente se obtuvieron las siguientes conclusiones:

- El estrés constituye uno de los problemas de salud más generalizado actualmente. Es un fenómeno multivariable resultante de la relación entre la persona y los eventos de su medio.
- Ante el estrés académico, los estudiantes deben dominar cada vez más las exigencias y retos que les demanda la gran cantidad de recursos físicos y psicológicos para enfrentar esta problemática. Tal situación les puede hacer experimentar agotamiento, poco interés frente al estudio, nerviosismo e incluso pérdida de control; por ello requieren del reconocimiento y ayuda del personal docente, Águila et al., (2015).

Además, en la investigación con el tema: “Estrés académico, deserción y estrategias de retención de estudiantes en la educación superior” del Centro de Extensión y Educación Continua, Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Nacional de Colombia.

- En los estudios mencionados se ilustra la magnitud de la deserción y en algunos de ellos se examinan las diversas problemáticas o causas que contribuyen a las mismas. De manera general, según el Ministerio de Educación (11), en el año 2000, la cobertura bruta de la educación superior era de 23,5% con una tendencia creciente y sostenida durante toda la década, alcanzando el promedio de la región en 2008 con una tasa del 34,1%, como menciona Suárez, N. & Díaz, L. (2015).

A nivel nacional, la investigación con el tema: “Influencia del Estrés en el Rendimiento Académico de los estudiantes del Quinto Semestre de la Facultad de Odontología de la Universidad Central Del Ecuador.”, el autor Reinoso, (2017) concluye que:

- El 100% de los encuestados afirmó haber presentado un cuadro de estrés durante el periodo académico. El nivel de preocupación fue ligeramente superior en las mujeres que, en los hombres, y en el grupo más joven versus el grupo de mayor edad, sin embargo, ambos grupos se encuentran en un nivel de estrés moderado (pág. 62).

Según Ortega, C. (2021), estudiante de la Universidad Técnica de Ambato, de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, en su trabajo de investigación

titulado “EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU INCIDENCIA EN LAS FUNCIONES COGNITIVAS BÁSICAS EN ESTUDIANTES DE SEXTO Y SÉPTIMO SEMESTRE DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO”, concluye que:

- De acuerdo con la investigación realizada se determina mediante dos fuentes la correlación de dichas variables, la primera los fundamentos teóricos y aspectos investigativos en los que se manifiesta el estrés académico, sus causas, consecuencias las mismas que son relacionadas con las funciones cognitivas básicas, el segundo aspecto es el resultado mediante la prueba estadística Chi cuadrado en el que se logra dilucidar que existe la aprobación de la hipótesis alterna puesto que el valor teórico es de 21,0261, mientras que el valor calculado es 87,06 el cual es mayor por lo cual se aprueba la hipótesis alterna la misma que corresponde al Estrés académico y su incidencia en las Funciones Cognitivas Básicas en los estudiantes de Sexto y Séptimo semestre de la Carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato.
- También manifiesta que según los datos obtenidos en la investigación se logra vislumbrar, que el 39,05% de la población estudiada presenta un nivel de estrés académico medio y este a su vez tienen una notoria incidencia en las funciones cognitivas básicas como son memoria, atención, percepción y sensación ya que elaborando una tabulación de datos los estudiantes en un 64% a veces han presentado ciertas falencias en dichas funciones como distraerse con facilidad frente a estímulos visuales, cuando se sienten nerviosos, considerar que los problemas familiares como sociales afectan su atención al momento de realizar ciertas actividades, lograr recordar información al momento que se les pide, recordar temas que se ha visto en clases anteriores entre otros
- Finalmente concluye que, entre los factores que influyen en las funciones cognitivas básicas se evidencio en la investigación factores tales como la inadecuada metodología utilizada por los docentes, el desinterés por el módulo, el estrés académico, la educación rutinaria, problemas en el ámbito familiar y social, estresores académicos como competencias entre pares, tipos de trabajos enviados por los docentes, no entender los temas de la clase, tiempo limitado para realizar 88 trabajos, sobrecarga de actividades, personalidad del docente,

entre otras situaciones las cuales dificulta dichas funciones, por esta razón los estudiantes presentan ciertas falencias.

Según Caiza, (2013) “EL RENDIMIENTO ACADÉMICO Y SU INFLUENCIA EN LA AUTOESTIMA DE LOS NIÑOS DEL CENTRO DE DESARROLLO COMUNITARIO DE SAN DIEGO DE LA ZONA CENTRO DEL CANTÓN QUITO DE LA PROVINCIA DE PICHINCHA”, concluye que:

- Se comprobó que los niños del Centro de Desarrollo que no les gusta realizar deberes, por varios factores como: ausencia de motivación para hacerlo, no hay una persona en casa que los guíe, se sienten solos. Por lo tanto, presentan deberes incompletos mal realizados, con borrones o simplemente no presentan lo que afecta sus calificaciones.
- Se determinó que los niños si tienen calificaciones bajas por lo que se ve afectado el rendimiento académico y esto a su vez produce tristeza y dolor porque a causa de sus calificaciones son: castigados, criticados por sus padres, en la escuela son etiquetados por docentes y compañeros.
- Se evidenció que los niños no se aceptan físicamente no reconocen cualidades lo que genera un sentimiento de rechazo consigo mismo. mostrando una falta de amor propio.
- Se demostró que los niños se comparan constantemente con sus compañeros probando que sienten inseguridad, timidez o agresividad con sentimientos de inferioridad creen no poseer la capacidad de lograr metas u objetivos como los demás niños (as).

Finalmente, uno de los factores que inciden en el rendimiento académico están relacionados a la motivación que tiene el estudiante en el desarrollo de sus actividades. Esta motivación lleva al estudiante a desarrollar actividades educativas con actitud positiva y evita los efectos negativos como el estrés o el bajo rendimiento académico “las personas con mayor capacidad de adaptación presentan una percepción de control interno mayor al control real por lo que tienen una menor tendencia a padecer de depresión y trastornos graves de ansiedad” (Villaruel, 2020).

1.2. Objetivos.

1.2.1. Objetivo General

Establecer la incidencia del estrés en el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de carrera de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato en tiempos de pandemia por COVID-19.

1.2.2. Objetivos Específicos

- Evaluar el nivel de estrés en estudiantes de nivelación de carrera de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato en tiempos de pandemia por el COVID-19.
- Determinar los factores que influyen en el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de carrera de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato en tiempos de pandemia por el COVID-19.
- Proponer estrategias para afrontar el estrés académico en estudiantes de nivelación de carrera de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato en tiempos de pandemia por el COVID.

1.3. Fundamentación teórico-científica

1.3.1. Variable independiente: Estrés

Definición de Estrés.

Se considera al estrés como un mecanismo que tienen los seres humanos para reaccionar a situaciones de riesgo o que puedan poner en peligro a una persona. Según Gallardo (2021), las exigencias que generan el estrés tienen reacciones inmediatas como agilizar el pensamiento, aplicar más energía, además de aumentar la eficacia para superar ciertas situaciones extremas. Pese a ello estas pueden tener consecuencias negativas cuando el desgaste no se recupera, causando falta de sueño y como consecuencia el envejecimiento de las células ya que esto provoca mayor cansancio.

Para Álvarez (2018), el estrés ha sido un fenómeno que empieza a ser estudiado a mediados del siglo XX y se lo considera como un factor básico en la cotidianidad de las personas. El origen del mismo estaba relacionado a los estresores externos,

derivadas de diferentes fuentes en especial aquellas relacionadas a la convivencia humana. El término estrés tiene origen en la física, en el estudio de los fenómenos como la fuerza, la presión y la distorsión. Considera al estrés como una respuesta no específica de las personas frente a las demandas que se presentan en diferentes entornos.

En la actualidad existen varios enfoques en los cuales se ha estudiado el estrés, por lo tanto, tener una definición universal sobre el estrés académico es variada y relativa. Para Álvarez (2018), se puede diferenciar al estrés conforme la fuente en la cual se produce ya sea el entorno laboral, médico, estudiantil, deportivo, etc. A lo largo de la vida estudiantil las personas están sujetas a varias tensiones psicológicas y demandas en el entorno educativo que afectan y causan malestar a los estudiantes, a esto se lo denomina como estrés educativo o académico.

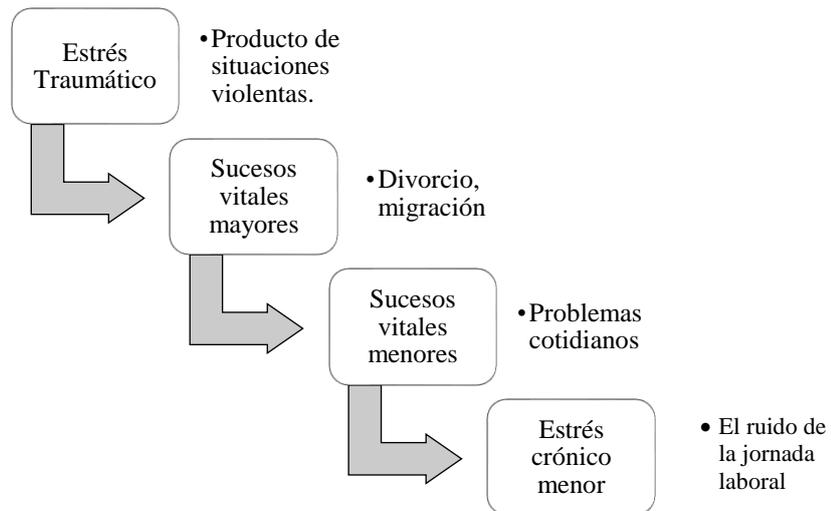
Tipos de estrés

En la actualidad el estudio del estrés ha sido considerado como prioritario en la rama de la psicología, debido al desconocimiento en cuanto al fenómeno. Para ello la Asociación Americana de Psicología (APA, 2021) ha clasificado al estrés en:

- **Estrés Agudo.** - es la forma más común de estrés y surge de las exigencias del pasado inmediato.
- **Estrés Agudo Episódico.** - Se presenta en las personas con estrés agudo frecuente y son propensos a problemas cardíacos
- **Estrés Crónico.** - es un estrés agotador que desgasta día a día a las personas además de destruir la salud, la mente y vida de las personas.

El estrés pese a los importantes avances en el estudio de la psicología aun presenta un concepto muy confuso razón por la cual su delimitación y clasificación es compleja no obstante se la relaciona con la ansiedad y la angustia. Para su clasificación es preciso conocer los principales síntomas que estas presenta unos con mayor y otros con menor nivel de desagrado. Sin embargo, las implicaciones negativas del estrés se ven reflejadas de mayor manera en la salud, rendimiento y relaciones interpersonales. Para ello es preciso recurrir a una clasificación científica de la misma (Peña, 2019).

Ilustración 1 Impacto del estrés en la vida de las personas.



Fuente. Estudio realizado por Peña, 2019.

Autor. Riera (2021).

Principales características el Estrés

Como se ha manifestado con anterioridad el estrés es un problema complejo que tiene consecuencias negativas en la vida de las personas que la padecen. Esta puede tener afectaciones tanto en lo físico, como en lo psicológico y en sus casos más extremos puede terminar con la muerte de las personas. Se la define como la tensión física y emocional desagradable, resulta de factores internos y externos; la forma de afrontar dichas situaciones depende de la madurez mental de las personas para contenerlo de la mejor manera (Peña, 2019).

Existen características, signos y síntomas comunes que se presentan en las personas que padecen estrés. Todas estas características se presentarán con mayor o menor medida conforme la inteligencia emocional y fortaleza mental de las personas que la padece. Entre las principales características se presentan en el cuerpo son: síntomas cognitivos, problemas de memoria, incapacidad de concentración, criterio pobre, visión negativa, ansiedad o pensamientos recurrentes, preocupaciones constantes. Todos estos síntomas también influyen en las emociones de las personas (AEPSAL, 2016).

Ilustración 2 Principales características del estrés

Agudo	Agudo Episódico	Crónico
<ul style="list-style-type: none">• Agonía emocional• Problemas musculares• Problemas estomacales.• Sobreexcitación pasajera.	<ul style="list-style-type: none">• Sobreexcitación prolongada.• Dolores de cabeza tensos.• Dolor de pecho.• Hipertensión• Malestar cardíaco.	<ul style="list-style-type: none">• Crisis nerviosas• Pueden cometer suicidio• Evidente desgaste físico.• Violentos

Fuente. Estudio realizado por Peña, 2019.

Autor. Riera (2021).

Causas del Estrés en el contexto social

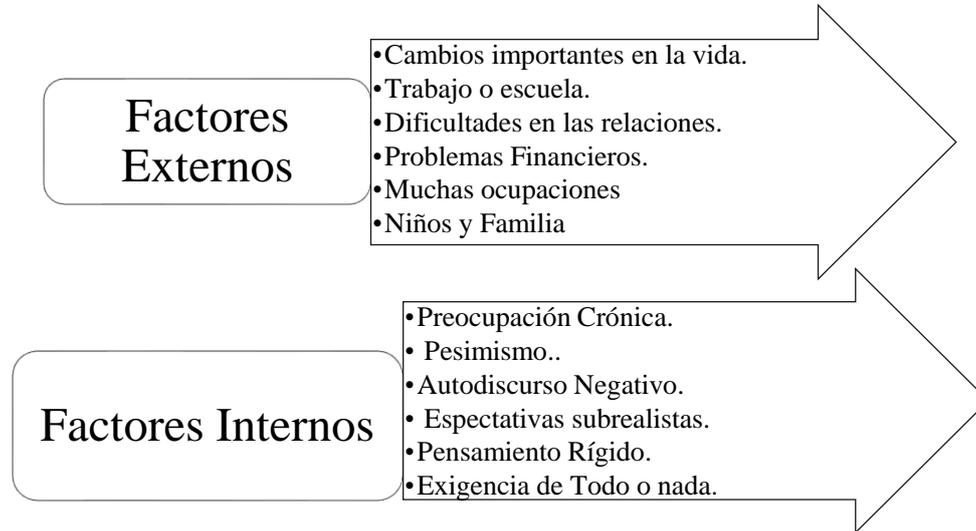
Se conocen como estresores a los diferentes estímulos, condiciones o situaciones de tensión que generan estrés en las personas. En el entorno social se pueden encontrar gran cantidad de factores que pueden generar estrés por lo cual la clasificación de los mismos es diferente. Conforme el rol que cumplen las personas en la sociedad el Ministerio de Sanidad de España (Sanidad España, 2021) clasifica a los estresores en:

- **Estrés académico.** - se presenta en mayor medida en época de exámenes.
- **Estrés laboral.** - se presenta a diario y cuando se debe presentar resultados.
- **Estrés familiar.** - proviene de conflictos familiares.
- **Estrés económico.** - cuando existe desempleo y crisis económica.

El ser humano desarrolla las actividades en un contexto social cada día más exigente, razón por la cual las tensiones pueden tener efecto sobre la salud mental de las personas. Existen gran cantidad de situaciones que pueden generar estrés en las personas, las situaciones que expongan a las personas a altas demandas y que puedan forzar la vida pueden resultar estresantes. No obstante, no todos los estresores pueden ser de origen externo, sino que también influyen factores autogenerados por las

personas, por ejemplo, las preocupaciones excesivas sobre cosas inciertas (AEPSAL, 2016).

Ilustración 3 Factores y características del estrés.



Fuente. Estudio realizado por Peña, 2019.

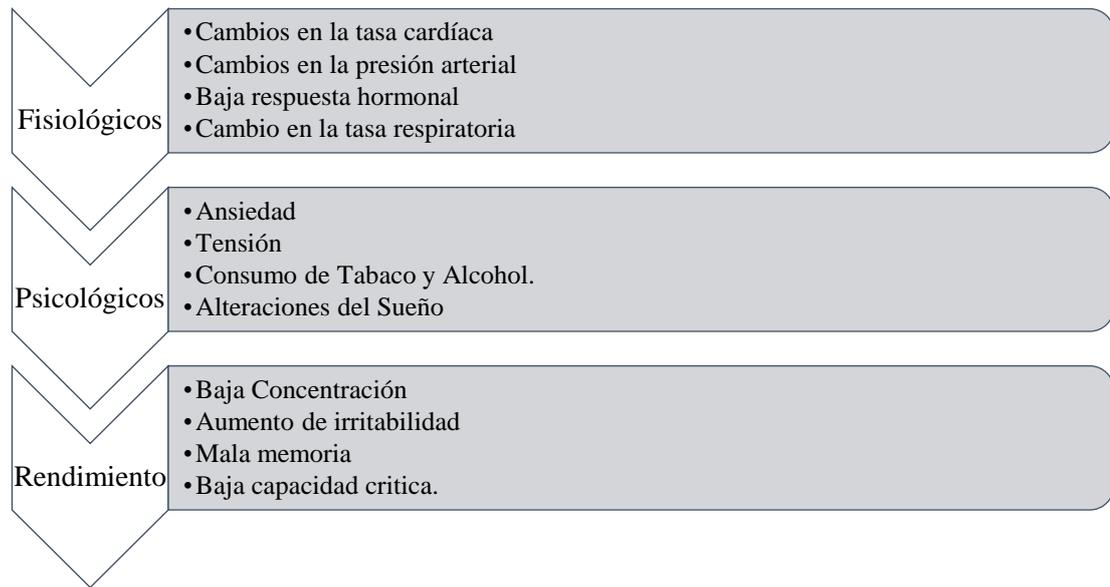
Autor. Riera (2021).

Consecuencias del estrés.

El estrés tiene graves consecuencias sobre las actividades cotidianas de las personas y sobre la salud de quienes la padecen, con ello el rendimiento se ve afectado en algunos los aspectos tanto en lo laboral, lo educativo, lo familiar y lo social. El impacto del estrés en las personas de manera general son depresión, dolores de cabeza, fatiga, problemas estomacales, consumo de sustancias. Una vez que se presentan eventos estresores, el cuerpo humano produce una sustancia llamada cortisol la cual es encargada de regular aspectos elementales como el sueño, el hambre, presión arterial, etc (Signa, 2019).

Estudios demuestran la influencia que tiene el estrés en la aparición de enfermedades por lo tanto se puede también asociar ciertas ocupaciones al estrés tanto en lo laboral como en lo educativo. Las situaciones estresantes tienen un fuerte impacto en el bienestar físico y mental del individuo ocasionando arritmias cardíacas y en casos extremos puede llevar al suicidio. Presenta cambios conductuales que generan estrés, en primera instancia como consecuencia el decaimiento corporal, tensión y problemas cardíacos; las consecuencias en la salud física y mental es evidente (Mamani, 2007).

Ilustración 4 Consecuencias del estrés en las personas.



Fuente. Estudio realizado por Mamani, 2007.

Autor. Riera (2021).

El estrés se presenta en el organismo de diferentes formas por ello los estresores antes de recibir una respuesta del organismo pasan por un procesamiento fisiológico y neurológico que es diferente en cada individuo. Para ello Peña (2019) las fases del estrés son:

- **Reacción de alarma.** - genera la respuesta defensiva y de tensión en las personas.
- **Etapas de resistencia.** - el organismo se adapta al estresor con mejora constante.
- **Fase de agotamiento.** - un organismo estresado es incapaz de reponer energía.

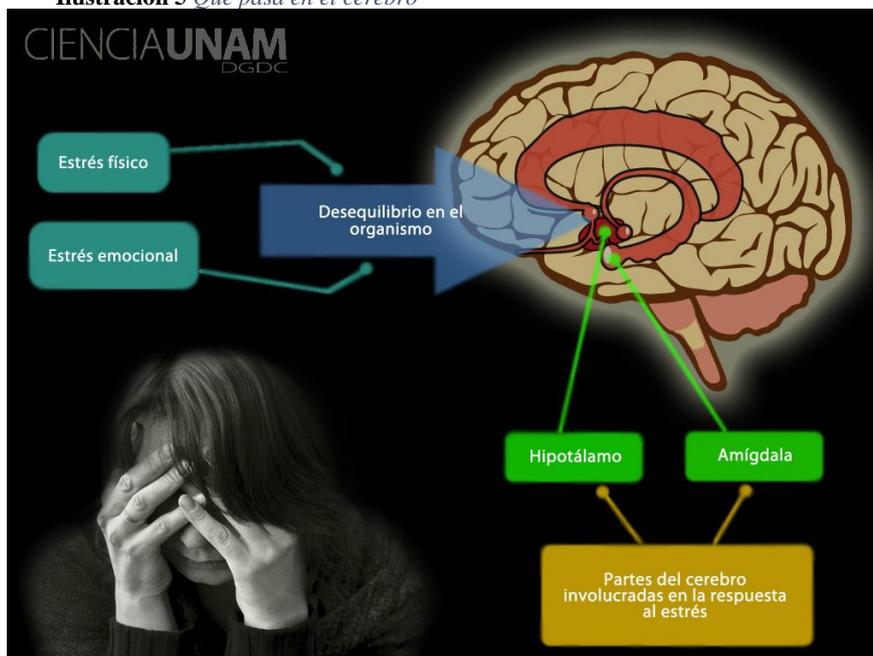
Estrés y el cerebro

Las señales del estrés, tanto físico como emocional, mayormente las del físico, entran por la región del tálamo, el cual es el puente sensorial entre el medio ambiente y el medio interno. Este órgano tiene una conexión sumamente importante con el hipotálamo, el cual tiene un papel trascendental en las reacciones ante el estrés (Maltos, 2013).

“El hipotálamo es un centro integrador y orquestador en donde diversas señales convergen. Es en este sitio donde los procesos regionales del cerebro le indican al organismo que genere cierta conducta, que produzca ciertas hormonas, y que se quede a la expectativa o que huya de la amenaza”.

Una de estas señales es la que va del hipotálamo a la pituitaria anterior, y de esta a las glándulas suprarrenales. Dichas glándulas generan una hormona llamada cortisol, la cual sale a la circulación general, teniendo como blanco al tejido adiposo, menciona la investigadora. “Cuando estamos en situación de emergencia por el estrés, el cortisol suprime la digestión, las actividades reproductivas, entre otras, y enfoca toda la atención del organismo a generar la respuesta que asegure la supervivencia.”

Ilustración 5 *Que pasa en el cerebro*



Fuente. Estudio realizado por Maltos, 2013.

Autor. Riera (2021).

Estrés académico.

Las demandas en el entorno educativo que generan estrés, según Macías et al.,(2019) son de carácter adaptativo y depende en gran medida de factores psicológicos que ayuden a las personas a afrontar de manera positiva a los estresores. Para el estudio del estrés en el entorno académico es necesario que se consideren los 3 aspectos esenciales o componentes procesuales como son: los estresores, los síntomas y las estrategias de afrontamiento a los estresores. Este tipo de estrés ha sido estudiado en los diferentes niveles educacionales como bachillerato, universitario y de posgrado.

El estrés en el entorno académico revoca desequilibrios sistémicos en el organismo con una serie de síntomas y con ello es el mismo estudiante quien deberá plantear los mecanismos de afrontamiento A estos estresores. Los estudiantes que presentan estrés muestran desequilibrios internos que afectan el libre funcionamiento psicológico y fisiológico de los universitarios. Los estudiantes académicos presentan cada día mayores exigencias, desafíos, retos y ambientes de competitividad. Frente a estos hechos en estudiante puede afrontar hechos de agotamiento y poco interés al estudio (Silva, 2020).

Para Macías et al., (2019), los estresores generales que se presentan en el alumnado con mayor frecuencia son los relacionados a la carga de tareas, evaluación de los docentes, el tiempo para el desarrollo de tareas, tesis y manejo de aulas virtuales. En los estudiantes relacionados a carreras clínicas el estrés se desarrolla en el tiempo reducido entre prácticas clínicas, de laboratorio y seminarios, además las relacionadas al tratamiento de pacientes. Uno de los primeros síntomas que se presentan son sueño y la fatiga crónica, fatiga, ansiedad, angustia y desesperación.

Estresores académicos.

Según Barrera (2020), existen diferentes entornos en los cuales se presentan los eventos estresores en los estudiantes universitarios los mismos que pueden presentarse dentro del contexto del aprendizaje como en la cotidianidad. Como asegura el autor estos elevados niveles en caso de no disminuir traerá como consecuencia una afectación en la salud y en la vida social de las personas. Para el estudio de los

estresores académicos se consideran los stresores escolares y los stresores no escolares, y hacen referencia al entorno en el cual se desarrolla la actividad de tensión.

En la actualidad varias son las causas que originan el estrés en los diferentes ámbitos sociales de las personas. En el entorno educativo menciona Alvarez (2018), existen varios elementos que originan altos niveles de estrés en los estudiantes, entre ellos la etapa de evaluación. Los métodos estandarizados de evaluación o toma de pruebas generan ambientes de tensión y estrés en los estudiantes de todos los niveles educativos, pero estos se profundizan más en la educación superior. La ansiedad es otro de los factores que aumenta el estrés, pero a su vez puede ser una respuesta adaptativa con resultados positivos.

El COVID-19 es en la actualidad una enfermedad de alcance mundial que ha cobrado millones de vidas y las cifras de contagio siguen cada vez en aumento. Para el autor Vasquez (2020), el nivel de letalidad, la facilidad de contagio además de traer graves consecuencias en el físico de las personas también repercute directamente en la salud mental de las personas que sufren la enfermedad. Aclara el autor que la consecuencia del estrés puede reflejarse en diferentes entornos como el familiar, matrimonial y en las capacidades de aprendizaje.

Consecuencias del estrés académico.

Según Silva (2020), el estrés académico puede traer consecuencias en varios entornos, los estudiantes no son la excepción. Afirma el autor en su estudio que el estrés tiene mayor incidencia en la población femenina que puede traer fallas de origen sistémico, afecciones a la salud y afectar directamente en desempeño académico. Es preciso enfocar los estudios en los métodos que se aplican durante el proceso de enseñanza y aprendizaje, y fomentar en los estudiantes la responsabilidad y la organización de los tiempos de estudio.

Menciona Márquez (2021), existen varios síntomas que pueden reflejar la presencia de estrés en las personas tales como la depresión, dolores de cabeza, indigestión, sarpullidos, hipertensión, debilidad, alteraciones del sueño, sensaciones de ahogo, aumento de la sudoración, dolores musculares, etc. Los niveles de estrés se

presentan en mayor medida en estudiantes de los primeros años de carrera, los estudiantes de los años superiores reflejan menores niveles de estrés.

Para Pérez et al., (2021), que la pandemia por COVID-19 es nueva, por ello resulta difícil y comprometedor apresurar resultados sobre las consecuencias del estrés en el ámbito educativo. No obstante, si se evidencian resultados diferentes en lo relacionado el nivel económico de las familias en vista que aquellas con menores recursos económicos presentan mayores niveles de presión por el acceso a medios tecnológicos. Además, se estima la pandemia agravará la brecha digital en aquellos sectores que se han visto vulnerables en el acceso a servicios básicos de calidad.

Las consecuencias que se presentan en el entorno académico producto del estrés, se relacionan a los procesos cognitivos y de aprendizaje y estas se ven reflejadas durante el desempeño de pruebas o tareas que requieren cierta presión. Las consecuencias producto del estrés académico se reflejan en las relaciones de adaptación, evitación y de manera final la deserción académica producto del bajo rendimiento. En ciertas carreras el estrés se ve profundizado por el entorno virtual que no permite el uso de laboratorios que son indispensables en su formación (Márquez et al., 2021).

Estrés y rendimiento académico.

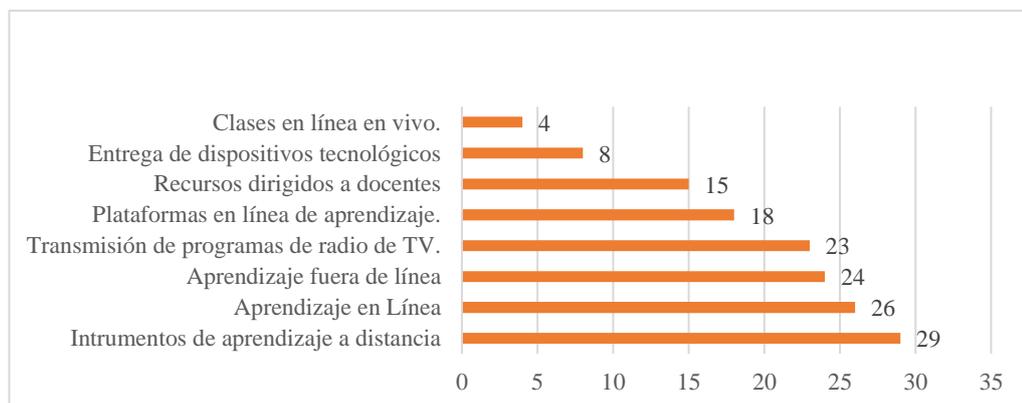
La modalidad más reciente de formación educativa es la educación virtual la cual implica la educación no presencial inclinada al uso de tecnologías de información en el proceso de enseñanza y aprendizaje. La ventaja de este medio de enseñanza como menciona Lovón & Cisneros (2020), es romper con la brecha de tiempo y de espacio que común en el entorno de educación presencial. No obstante, la pandemia obligo a las instituciones de educación superior a la aplicación de mecanismos digitales de manera apresurada y basado en consideraciones generales no acorde a la realidad de los estudiantes.

Según Pérez et al., (2021) en su estudio que la valoración de los estudiantes a los entornos virtuales y la digitalización de la misma en el contexto de la pandemia es relativa en relación al alumno y al acceso a medio digitales de los mismos. La brecha en uso de medios tecnológicos depende del nivel de formación de la familia y

económico de la misma que permite un seguimiento adecuado al proceso de enseñanza virtual. El limitado acceso a estas herramientas puede traer como consecuencia altos niveles de estrés y de deserción académica en estudiantes universitarios.

Según Ordorika (2020), casi todas las Instituciones de Educación Superior IES se han visto afectados en el proceso de enseñanza aprendizaje y que la modalidad virtual ha reemplazado la presencial. Este cambio representa importantes cambios en la pedagogía y un reto en el uso de tecnologías digitales aplicadas a la educación. Para el autor que el contexto actual de la pandemia es una gran oportunidad para proponer el desarrollo de habilidades académicas en entornos sincrónicos y asincrónicos los cuales han tenido efectos positivos en las distintas universidades del mundo.

Ilustración 6 Instrumentos digitales aplicados por los 29 países en los sistemas de educación, 2020.



Fuente. Estudio realizado por Peña, 2019.

Autor. Riera (2021).

1.3.2 Variable Dependiente: Rendimiento Académico.

Concepto de Rendimiento Académico.

El proceso de enseñanza y aprendizaje es uno de los más complejos que existen en la interacción humana y dentro de este se encuentra el rendimiento académico, con ello delimitarlo conceptualmente es difícil. Existen términos aparentemente comunes según Navarro (2003) *“la complejidad del rendimiento académico inicia desde su conceptualización, en ocasiones se le denomina como aptitud escolar, desempeño académico o rendimiento escolar, pero generalmente las diferencias de concepto sólo se explican por cuestiones semánticas”*.

Se entiende por rendimiento académico conforme Gardey (2012) a la medición cuantitativa que se les otorga a los conocimientos adquiridos por un estudiante durante un determinado periodo de tiempo. El rendimiento responde a los diferentes estímulos educativos además afirma el autor que rendimiento académico es una medida de las capacidades del alumno, que expresa lo que éste ha aprendido a lo largo del proceso formativo. También supone la capacidad del alumno para responder a los estímulos educativos.

En la actualidad el rendimiento académico se lo mide por medio de evaluaciones las cuales cuantifican el conocimiento adquirido en clases por los estudiantes; es importante definir al rendimiento académico aquel que se desarrolla en el nivel superior y rendimiento escolar al de nivel básico. Para Chilca (2017) el papel de docente es importante asegura que debe *“identificar los principales problemas que afectan a los estudiantes para obtener una buena o mala calificación”*.

Factores que influyen en el rendimiento académico.

Si bien es cierto existen diferentes conceptos en lo relacionado al rendimiento académico además de varias propuestas para mejorar el mismo, existen varios factores que intervienen en el rendimiento académico. Para Chilca (2017) el proceso de educación es multidisciplinario por lo tanto la forma de evaluación también debería considerar varios factores en vista que ellos influyen directamente sobre el rendimiento académico como el nivel intelectual, personalidad, motivación, aptitudes, interés hábitos, autoestima, etc.

En el nivel de educación superior influyen varios factores que definen el rendimiento académico, en vista que en este nivel no únicamente se responde a las exigencias del docente sino también a las del grupo de estudio. Según Carranza (2017) mantener un buen rendimiento académico en la Universidad depende de asistir puntualmente a clases, cumplir con trabajos, participar en seminarios y trabajos grupales además de la presión en el hogar. Con ello el autor determina que en los primeros años de carrera el estudiante puede presentar estrés y cambios de ánimo.

Otro de los factores que intervienen en el rendimiento académico son los mecanismos que utilice el docente dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje. Para Infante (2020) en relación a labor del docente determina que *“los esfuerzos de la sociedad, del profesor y del rendimiento enseñanza - aprendizaje, el profesor es el responsable en gran parte del rendimiento escolar”*. Además, determina que intervienen una serie de elementos como la metodología que utiliza el docente en el entorno individual del alumno.

Ilustración 7 Factores que intervienen en el rendimiento académico



Fuente. Estudio realizado por Infante, 2020.

Autor. Riera (2021).

Como se ha estudiado existen diferentes factores que influyen en el rendimiento académico, y la mayoría son relacionados al estudiante dejando de lado la responsabilidad que tienen los docentes en este resultado. Establece ECURED (2021) los factores que influyen sobre el rendimiento académico tienen que ver con la dificultad de ciertas materias y las herramientas que utilizan los docentes para facilitar el estudio de los mismos además establece que “*el profesor debe saber analizar en la corrección para determinar si el estudiante ha comprendido o no los conceptos*”.

Tipos de rendimiento académico.

El rendimiento académico tiene como finalidad realizar una medición de los conocimientos adquiridos por los estudiantes durante el proceso de enseñanza y aprendizaje. Una de las formas por medio de las cuales se puede obtener una cuantificación del rendimiento académico es la evaluación de tareas y talleres, además de exámenes y pruebas sobre los temas abordados en clases. Según Infante (2020) “*no se trata de cuanta materia han memorizado los educandos sino de cuanto de ello han incorporado realmente a su conducta*”

Durante el proceso de enseñanza y aprendizaje es necesario evaluar los progresos y el producto de la metodología aplicada por los docentes. Según Bobadilla (2006) de manera general establece cuatro tipos de rendimiento:

- **Rendimiento Suficiente.** - Cuando el estudiante cumple los objetivos establecidos en el proceso de enseñanza y aprendizaje.
- **Rendimiento Insuficiente.** - Por el contrario, el estudiante no cumple los objetivos establecidos en el proceso de enseñanza y aprendizaje
- **Rendimiento Satisfactorio.** - Cuando el alumno tiene las capacidades de acuerdo al nivel de estudio
- **Rendimiento Insatisfactorio.** - Por el contrario, cuando el alumno no tiene las capacidades de acuerdo al nivel de estudio.

Bajo rendimiento académico.

Uno de los problemas que afronta el sistema educativo desde el nivel básico hasta el superior es el bajo rendimiento de algunos estudiantes y las pocas herramientas que disponen los docentes para gestionar el aprendizaje. Para López (2015) el bajo rendimiento académico influye de manera especial en dos aspectos importantes cuando este afecta la autorrealización personal y profesional; y aquel que se ve limitado por no estar acorde a las exigencias del mundo profesional.

Dentro del proceso del enseñanza y aprendizaje se han evidenciado algunos factores que influyen de manera directa en el rendimiento académico y la mayoría se relacionan con las herramientas metodológicas y la gestión de aprendizaje. Como asegura Valle (2018) en su estudio existen diversos factores que influyen en el rendimiento académico de los alumnos en todos sus niveles y estos son:

- Género.
- Nivel Socioeconómico
- Edad
- Curso
- Participación de los padres.
- Cantidad de deberes
- Hábitos de estudio

- Acceso a medio tecnológicos.

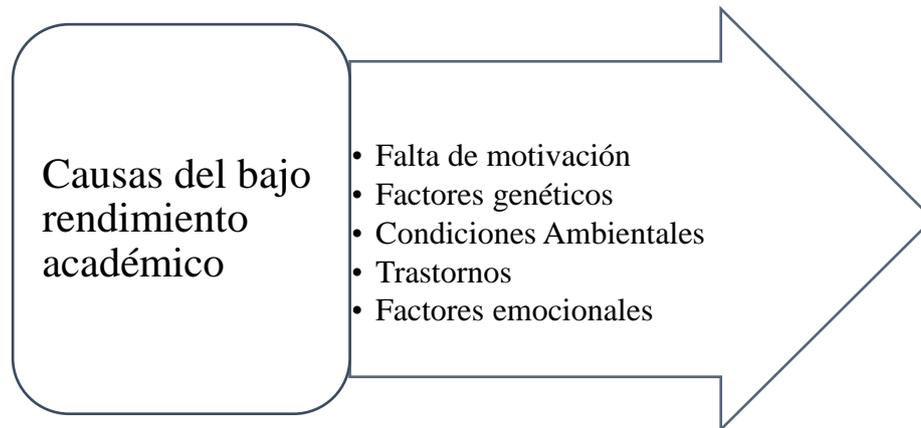
El bajo rendimiento para Carranza (2017) está relacionado con la autoestima de las personas, es de suponer que entre las principales causas del bajo rendimiento académico esta la falta de auto aceptación. En gran medida el rendimiento académico se relaciona también a la percepción que tienen las personas sobre su vida. Por ello establece que dentro de los factores que condicionan y alteran el rendimiento académico, llama la atención el bienestar psicológico, entendido como el resultado de una evaluación respecto a cómo ha vivido.

Causas del bajo rendimiento académico.

Una de las causas del bajo rendimiento académico tiene que ver con la autoestima de además de la madurez y educación emocional de cada persona, por lo cual las causas del bajo rendimiento académico son variadas. Para Carranza (2017) estudios previos reportan que los estudiantes universitarios cuya edad va desde los 30 a los 55 años tienen un mayor rango de aceptación, dominio del entorno, crecimiento personal y propósitos en relación a los estudiantes jóvenes de entre 18 y 25 años. La auto aceptación juega un papel importante en el rendimiento académico.

Otra de las causas del bajo rendimiento académico está relacionada con los hábitos de estudios que desarrolla el estudiante dentro de su formación, en vista que la gestión del tiempo de estudio y la organización juega un rol fundamental. Según Valle (2018) en su estudio, que la gestión del tiempo implica planificar y regular el uso del tiempo destinado a la educación como refuerzo a lo revisado en el salón de clases. Si bien se dedica tiempo a la realización de tareas en la mayoría de planteles, no se considera la calidad sino la cantidad de tarea.

Ilustración 8 *Causas del bajo rendimiento académico*



Fuente. *Estudio realizado por Valle, 2018.*

Autor. *Riera (2021).*

Consecuencias del bajo rendimiento académico.

Tras la pandemia por COVID-19 se han presentado y profundizado falencias en las diferentes instituciones del Estado incluso aquellas relacionadas al sistema de educación superior. Una las contrariedades que presenta el sistema de educación en la colectivización del proceso de enseñanza aprendizaje, considerando que cada individuo aprende de manera diferente. Con ello se presenta la individualización de los procesos de enseñanza lo cual refuerza la Teoría de la Inteligencia Múltiple (Moreno, 2020).

Con la finalidad de ayudar a los estudiantes que presentan problemas de rendimiento académico es necesario conocer las principales características que presenta el estudiante en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Para Cerezo (2018) en su estudio en casos extremos es necesario adaptar las técnicas de enseñanza a un nivel personalizado con el fin de evitar una baja en el rendimiento académico pese a ello se presentan algunos síntomas comunes del bajo rendimiento como son:

- Falta de asistencia escolares
- No realización de tareas
- Problemas emocionales constantes
- Falta de motivación generalizada.

Tabla 1 Consecuencias del bajo rendimiento académico.

Perder el año escolar	Las bajas calificaciones pueden ocasionar la pérdida del año escolar por no cumplir metas
Analfabetismo	Los desertores no alcanzan destrezas lingüísticas
Discriminación	Los jóvenes enfrentan prejuicios de sus pares al no contar con recursos.
Incumplimiento de tareas	Los jóvenes desisten de continuar con sus metas y se vuelven sedentarios
Problemas emocionales	Son emocionalmente más susceptibles ante los retos.
Bajo nivel de persistencia	Los jóvenes pierden el interés por buscar soluciones o salir adelante.
Impulsividad	A menudo interrumpe a los demás y tiene dificultad para espera el turno
Escasa atención	Se debe a que no se logra desarrollar el marco cognitivo.

Fuente. Estudio realizado por Cerezo, 2018.

Autor. Riera (2021).

Entorno virtual y rendimiento académico.

El confinamiento por la pandemia de COVID-19 obligó a la humanidad a buscar formas de desarrollar sus actividades desde casa con la aplicación de herramientas virtuales tanto para el trabajo como para el estudio. Determina Aguilar (2020) que *“la telemática se convirtió en un nuevo canal de comunicación e información que dio lugar al teletrabajo y a la teleeducación”*. Como manifiesta el autor esta forma nueva de actividades está presente y se considera que será implementada en algunos sectores tanto laboral como educativo.

Este sistema de aprendizaje por medio de la utilización de medios digitales no es nuevo, se ha venido utilizando con éxito dentro de modalidades a distancia y de manera especial en el sistema de educación privada. Con la pandemia, esta modalidad ha crecido vertiginosamente no solo en el sector privado sino también en el entorno público y en todos los niveles. Según la Universidad de la Rioja (UNIR, 2020) esta

modalidad de estudio ha crecido en un 900% desde su aparición y se encuentra aun creciendo en usuarios y herramientas.

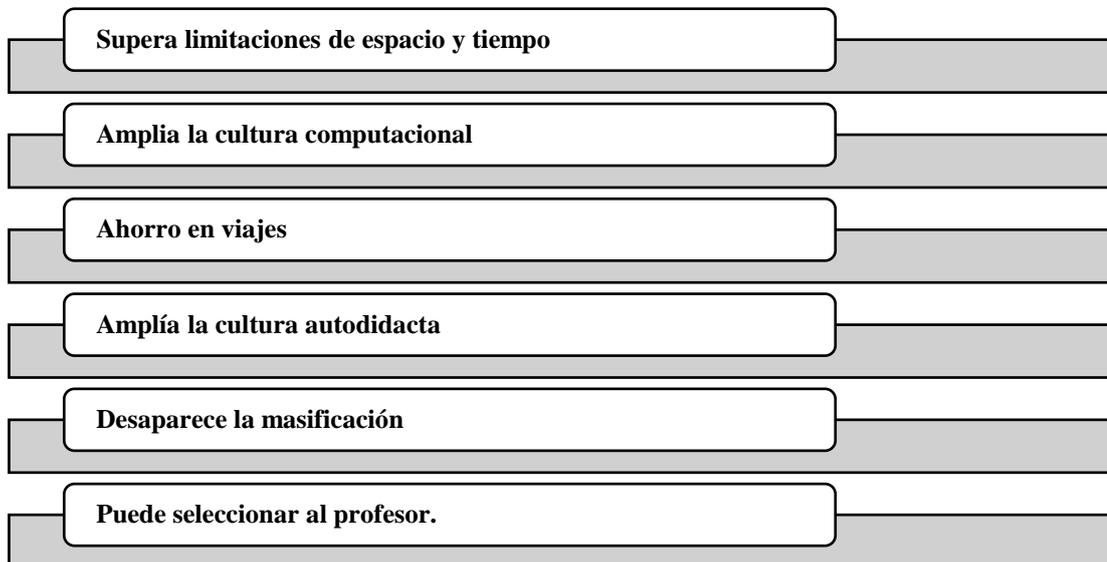
Sin duda la llegada del internet ha marcado un hito en la utilización de medios tecnológicos en todos los entornos sociales; de manera especial en el campo de las telecomunicaciones aplicadas al entorno laboral y educativo. Para Meneses (2017) la oportunidad de acceder a información por medio herramientas digitales como la internet ha permitido un avance en el campo de la educación virtual y con ello la importancia de conocer las ventajas y desventajas que se presentan en esta nueva forma de desempeño social.

Ventajas del entorno virtual de aprendizaje.

La educación en entornos virtuales no es nueva, se ha venido desarrollando en el sistema educativo, pero como soporte para el sistema presencial de educación, y como plataformas de intercambio de ideas e información. La pandemia ha fortalecido la utilización y desarrollo de las nuevas TIC's para la educación, que presenta herramientas beneficiosas. La educación virtual trae consigo beneficios a la comunidad educativa, permite desarrollar habilidades como la organización de información, el manejo de nuevos conceptos, la ampliación de lenguaje que favorece la comunicación y la conectividad (Aguilar, 2020).

Según la UNIR (2020) existen importantes ventajas de la educación virtual y la utilización de herramientas virtuales de aprendizaje entre ellas destacan: la flexibilidad de horarios, accesibilidad, autogestión del tiempo de estudio, calidad docente, ubicuidad, trabajo en equipo, evitar desplazamientos. Como veremos existen diferentes formas de apreciar las ventajas que ofrecen las herramientas tecnológicas en el entorno educativo, es importante conocerlas y explotarlas en favor de nuestros intereses educativos.

Ilustración 9 *Ventajas de la educación virtual.*



Fuente. *Estudio realizado por UNIR, 2019.*

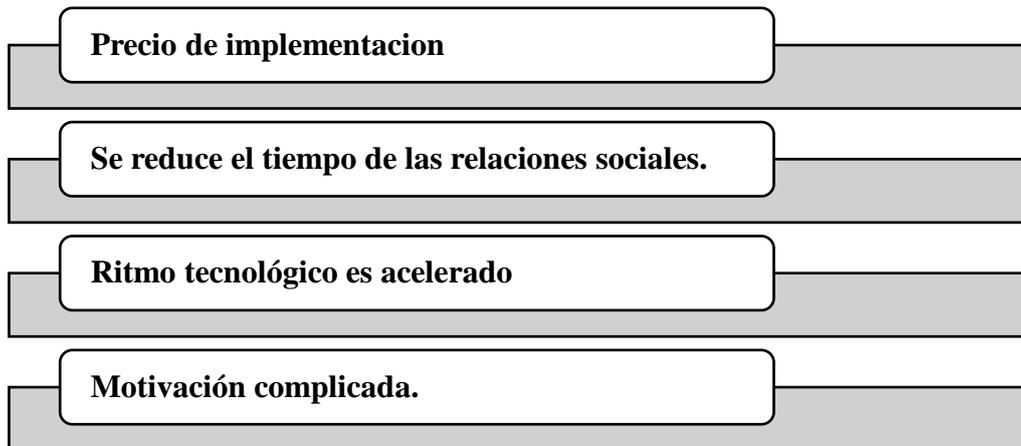
Autor. *Riera (2021).*

Desventajas del entorno virtual de aprendizaje.

Si bien los entornos y las herramientas virtuales presentan un avance tecnológico en la educación también es cierto que puede traer dificultades debido a la realidad social en especial de las clases vulnerables. Según Aguilar (2020) ha existido una irrupción de forma violenta y sin previo aviso de estos medios tecnológicos en el entorno educativo sobre todo en los países que no se encontraban preparados para afrontar esta nueva realidad. Esto ha profundizado las brechas que existían en la región en el acceso a medios tecnológico.

La experiencia educativa de los centros de educación superior es variada en la utilización de herramientas tecnológicas, sin bien estas instituciones han aprovechado las ventajas que ofrece también han experimentado las desventajas que se presentan. Conforme la UNIR (2020) existen varias desventajas de la educación virtual por ejemplo soledad del alumno, exige constancia y disciplina. Como vemos las desventajas están más relacionadas a los hábitos de estudio de los estudiantes, con ello es importante reconocer las habilidades de cada uno para optar por la mejor opción.

Ilustración 10 *Desventajas de la educación virtual.*



Fuente. *Estudio realizado por UNIR, 2019.*

Autor. *Riera (2021).*

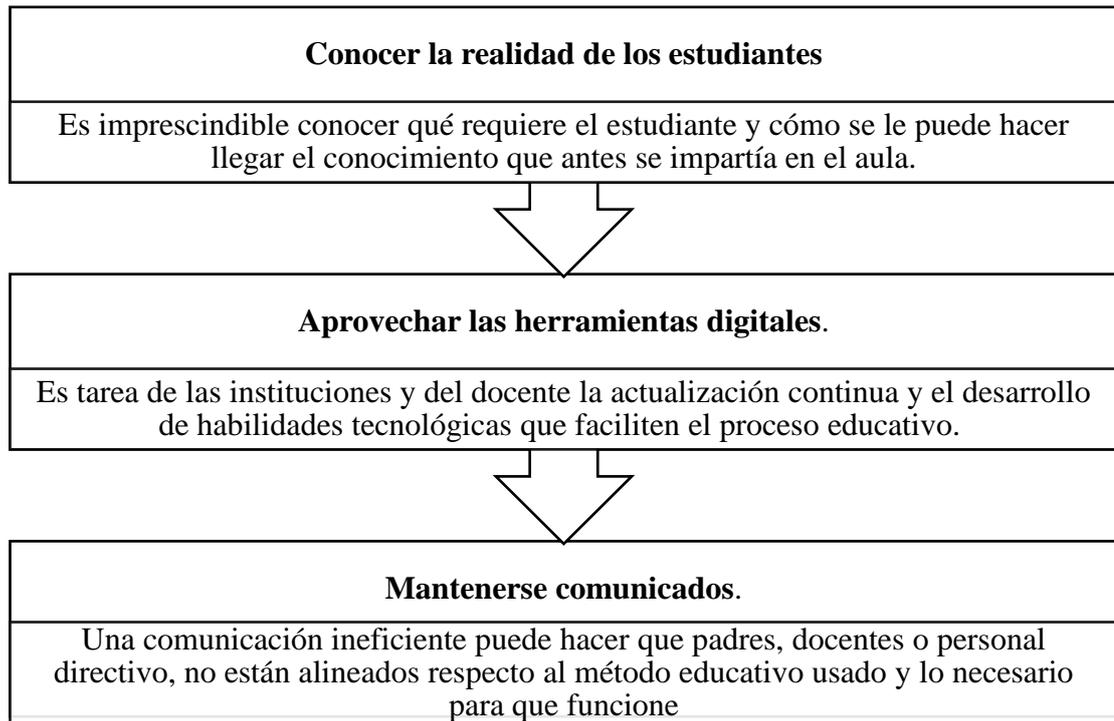
Retos del aprendizaje virtual en tiempos de pandemia

Mas allá de los retos que presenta la pandemia por COVID-19, es importante conocer las habilidades y destrezas que tiene cada estudiante para enfrentarse al entorno educativo. Según Meneses (2017) tomar la decisión de estudiar con la modalidad virtual requiere una reflexión sobre las habilidades, destrezas, debilidades y hábitos. En ocasiones se puede optar por la modalidad mixta en la cual se conjuga la presencialidad con la utilización de mecanismos tecnológicos, esta constituye una buena opción debido al acompañamiento presencial del docente.

El proceso de enseñanza aprendizaje tanto en su modalidad virtual como presencial presenta grandes retos en el manejo continuo de este proceso y la gestión del aprendizaje en tiempos de pandemia. Para Aguilar (2020) en su estudio sobre la educación virtual que:

“el tipo de aprendizaje generando por los espacios virtuales es aún precario si se considera que éste inicio en la última etapa del año lectivo, pero a pesar de ello, se pudo notar que los contenidos no pudieron ser debidamente profundizados, no se hizo seguimiento del desarrollo de competencias de los estudiantes”.

Ilustración 11 Retos de la educación virtual.



Fuente. Estudio realizado por Aguilar, 2020.

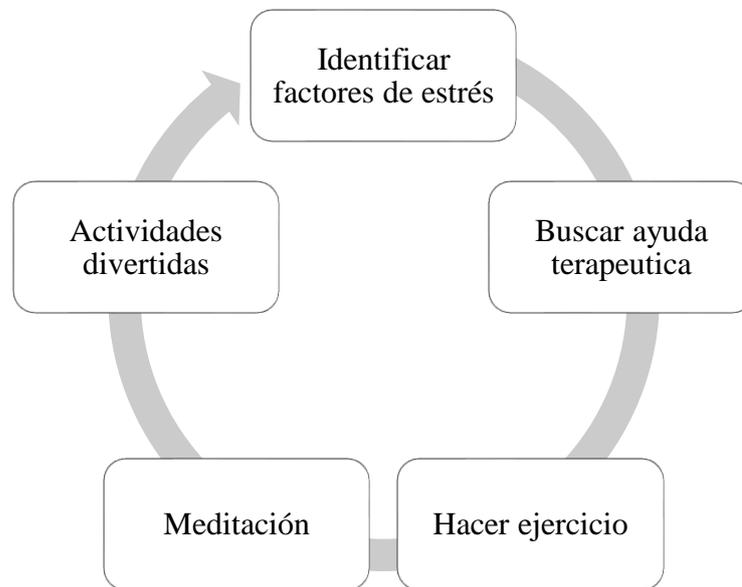
Autor. Riera (2021).

Estrategias para afrontar el estrés en el entorno académico.

Para Silva et al., (2020) en sus estudio sobre el estrés académico los estudiantes aplican diferentes métodos para afrontar eventos que le generen estrés entre ellos la más aplicada es la habilidad asertiva y la ejecución de planes de estudio. Resultados similares fueron obtenidos en estudios aplicados en niveles tecnológicos de estudios financieros ya que el 31,6% de los encuestados afirmaron que la forma de enfrentar el estrés es el asertividad y la aplicación de un plan de estudios. El estudio afirma que el 86,3% de los encuestados han presentados niveles moderados de estrés.

En el estudio del estrés académico para Martínez & Pérez (2020) existe una gran responsabilidad de parte de los docentes en vista que muchos implementan en sus clases discursos motivacionales que ayudan a enfrenten eventos estresores en la universidad. Es importante reconocer también la importancia que tienen los métodos y hábitos de estudio en los estudiantes para la organización del tiempo de estudio. Identificar a los estudiantes que tiene bajo rendimiento es un deber de las instituciones de educación superior con el fin de brindar el acompañamiento adecuado.

Ilustración 12 Factores para enfrentar el estrés.



Fuente. Estudio realizado por Martín y Pérez, 2020.
Autor. Riera (2021).

A la hora de afrontar situaciones de estrés la institución de educación son un pilar fundamental para afrontar y monitorear los riesgos, la continuidad del aprendizaje y apoyo familiar y social. La respuesta de las instituciones debe ser integrales y responder a la diversidad familiar y de la comunidad, además las diferentes necesidades de apoyo. Según la ONU (2020), en el entorno educativo se necesita desarrollar las habilidades básicas de adaptación y resiliencia emocional. Las herramientas de adaptación son valiosas para la mitigar la crisis socio ambiental y mejorar las condiciones de aprendizaje.

Herramientas digitales de enseñanza.

Las herramientas digitales son medios tecnológicos que se utilizan en varios aspectos como el laboral y educativo con el fin de suplir la necesidad de la presencia física de las personas en determinados lugares de trabajo o estudio. Según Sánchez (2014) las herramientas tecnológicas *“son todos aquellos software o programas intangibles que se encuentran en las computadoras o dispositivos, donde le damos uso y realizamos todo tipo de actividades”*. Como vemos es indispensable la utilización de herramientas digitales y acceso pleno a internet.

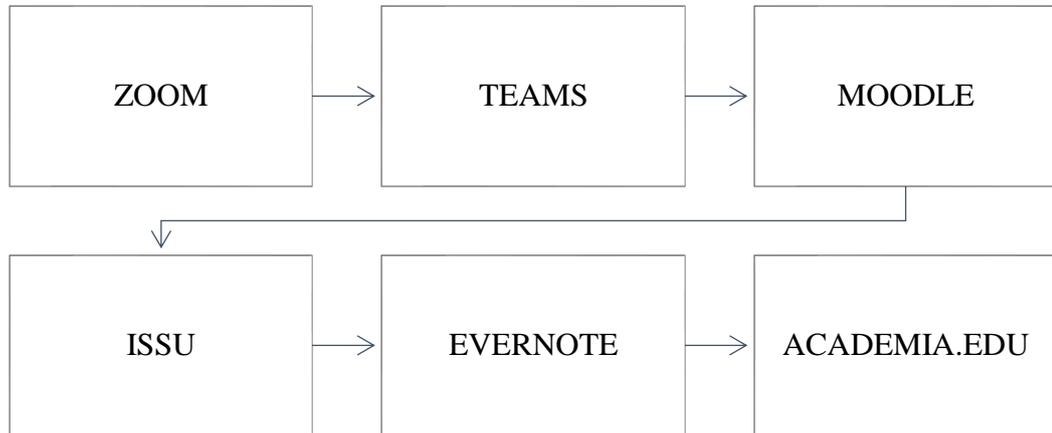
La pandemia por COVID-19 ha fomentado la utilización de diferentes herramientas tecnológicas digitales en el campo educativo y laboral, lo que ha permitido que se desarrollen actividades virtuales de educación y teletrabajo. Para Shum (2016) el uso de herramientas digitales puede ser un problema para los docentes en especial aquellos que no acostumbran a utilizarlos. Esto produce también un retraso en el conocimiento de las mismas por parte de los estudiantes aumentando las brechas tecnológicas y digitales.

La utilización de estos medios digitales se ha diversificado para la utilización de los mismos en diversos aspectos como el laboral, educativo y comunicacional. Para Sánchez (2014) las herramientas digitales tienen muy variados números y formas como:

- Medios de comunicación.
- Como forma de educación entretenida.
- Se permiten crear y llenar encuestas

- Permiten crear bases de datos

Ilustración 13 Principales herramientas digitales de enseñanza.



Fuente. Estudio realizado por Sánchez, 2014.

Autor. Riera (2021).

Las estrategias educativas utilizadas en todos los niveles permiten conocer los niveles de respuesta emocional de los estudiantes tanto en la educación básica, media y superior. Según Valle (2019) actualmente las personas están expuestas a diversos tipos de información a cuál puede causar afectaciones las emociones y sentimientos de las personas. Esta información que es absorbida debe ser tratada por la conciencia de los estudiantes y es ahí donde interviene la inteligencia emocional y el manejo sentimental de los hechos.

CAPITULO II

METODOLOGÍA

2.1. Materiales

2.1.1. Recursos Humanos

- **Investigadora:** Jennifer Valeria Riera Pucha
- **Tutor de Tesis:** Dr. Rodrigo Andrade
- Estudiantes de nivelación de las carreras de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales.

2.1.2. Recursos Institucionales

- Universidad Técnica de Ambato
- Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales.
- Carrera de Derecho, Trabajo Social, Comunicación Social

2.1.3. Recursos materiales

- Laptop
- Impresiones/Copias
- Conexión a internet
- Inventario Sisco del Estrés Académico
- Cuestionario para medir el rendimiento académico

2.1.4. Recursos económicos

Tabla 2 *Recursos utilizados en la investigación.*

Recursos	Detalle/ Cantidad	Valor
Materiales		
Laptop	1	\$650,00
Hojas	1	\$4,00
Esferos	1	\$2,00
Impresiones	1	\$15,00

Transporte	1	\$15,00
Internet	1	\$30,00
imprevistos	1	\$20,00
Presupuesto Total		736,00\$

Autor. Riera (2021).

2.2. Métodos.

2.2.1. Tipo de Investigación.

Enfoque Mixto

La presente investigación posee un enfoque mixto: cualitativo porque permite la recolección de datos reales a través del Inventario SISCO, debido a que se puede interpretar y explicar los datos que se han obtenido, estos se analizaron con la finalidad de esclarecer si el estrés incide en el rendimiento académico de los estudiantes; también cuantitativo ya que a través de los datos recogidos se usan cifras estadísticas permiten sustentar y aprobar o rechazar la hipótesis, determinando de manera exacta la información (Hernández Sampieri et al., 2014).

2.2.2. Modalidad básica de la investigación

Bibliográfica o documental

Se realizó un análisis comparativo y evaluador de la problemática, teniendo como fuentes principales la revisión de documentos, artículos, libros, recursos bibliográficos y publicaciones en donde se definió y se explicó de qué manera incide el estrés en el rendimiento académico.

De campo-modalidad virtual

Es de campo ya que se basó en la recopilación de información de las variables delimitadas dentro del tema además de la recaudación de datos de manera virtual a través de recursos tecnológicos con cada uno de los encuestados.

2.2.3. Niveles de investigación

Descriptivo

Es descriptiva ya que se buscó definir las situaciones específicas del problema, en el que se detallarán las características y propiedades de las variables planteadas para lograr una profundización en el tema y realizar un adecuado análisis, por ende, se buscó realizar un análisis expositivo del estrés en el rendimiento académico (Hernández Sampieri et al., 2014).

Correlacional

Ya que se determinó el grado de relación existente entre las dos variables de estudio: estrés y rendimiento académico para posteriormente cuantificarlas y establecer las vinculaciones obtenidos mediante la aplicación de instrumentos que permitieron medir cada una de estas variables (Hernández Sampieri et al., 2014).

2.2.4. Población

La población seleccionada para la presente investigación está constituida por los estudiantes de nivelación de las carreras de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato, para lo cual se tomó en consideración las carreras de Derecho, Trabajo Social y Comunicación Social, se utilizó un muestreo no probabilístico o intencional con un total de 160 estudiantes entre ellos hombres y mujeres.

Tabla 3 Población

Unidades de observación	Frecuencia	Porcentaje
Hombres	44	27,5%
Mujeres	116	72,5%
TOTAL	160	100%

Autor. Riera (2021).

2.2.5. Técnicas e instrumentos

Inventario SISCO del Estrés Académico 2da Edición

Para cuantificar la primera variable de estudio denominada el Estrés, se ha considerado la utilización el Inventario SISCO 2da Edición para determinar el nivel de estrés en estudiantes de nivelación de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales. El inventario SISCO 2da Edición de estrés académico permite conocer los niveles de estrés que se manejan en torno a los diferentes entornos, sean estos educativos, laborales y familiares. Se ha venido utilizando y perfeccionando por lo cual sería de gran ayuda para el desarrollo del presente trabajo de investigación (Barraza, 2018).

Está constituido por 23 ítems distribuidos de la siguiente manera: Un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (si-no), un ítem que, en un escalamiento tipo Likert de cinco valores numéricos (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho), y los demás ítems con un escalamiento tipo Likert de seis valores categoriales (nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre). (**Anexo 1**).

Cuestionario para evaluar factores del rendimiento académico.

Para la recolección de datos relacionados al desempeño académico de los estudiantes de nivelación de carrera de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato se desarrolló un cuestionario propio, basado en el test de Artunduaga. Ya que nos permitirá recopilar datos mediante un cuestionario previamente diseñado para los estudiantes, y a través de ello determinar los factores que influyen en esta problemática definida por las variables de estudio.

Para el desarrollo del presenta manual, este se ha clasificado en varios factores como: Trayectoria en el Bachillerato, Trayectoria Universitaria, Variables Institucionales, Método de estudio, Percepciones sobre el rendimiento académico. (**Anexo 2**).

CAPITULO III.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN.

3.1. Análisis y discusión de los resultados

3.1.1. Variable independiente: Estrés

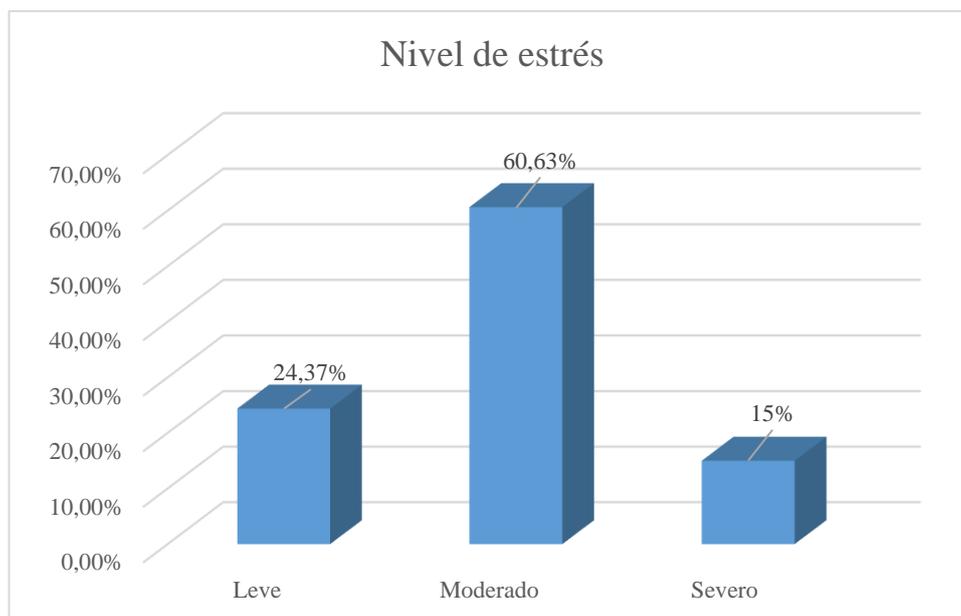
Tabla 4 Nivel de estrés presentada por estudiantes de nivelación.

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Leve	39	24,37%
Moderado	97	60,63%
Severo	24	15%
Total	160	100%

Fuente. *Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.*

Autor. *Riera (2021).*

Ilustración 14 Nivel de estrés presentado por estudiantes



Fuente. *Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.*

Autor. *Jennifer Valeria Riera Pucha, 2021.*

Análisis y discusión.

Una vez aplicado el Inventario Sisco del estrés académico se ha determinado que el nivel de estrés presentado por los estudiantes en un nivel leve es del 24,37% equivalente a 39 estudiantes, un nivel moderado y el más representativo 60,63% equivalente a 97 estudiantes, y en un nivel severo el 15% equivalente a 24 estudiantes.

Dimensión estresores

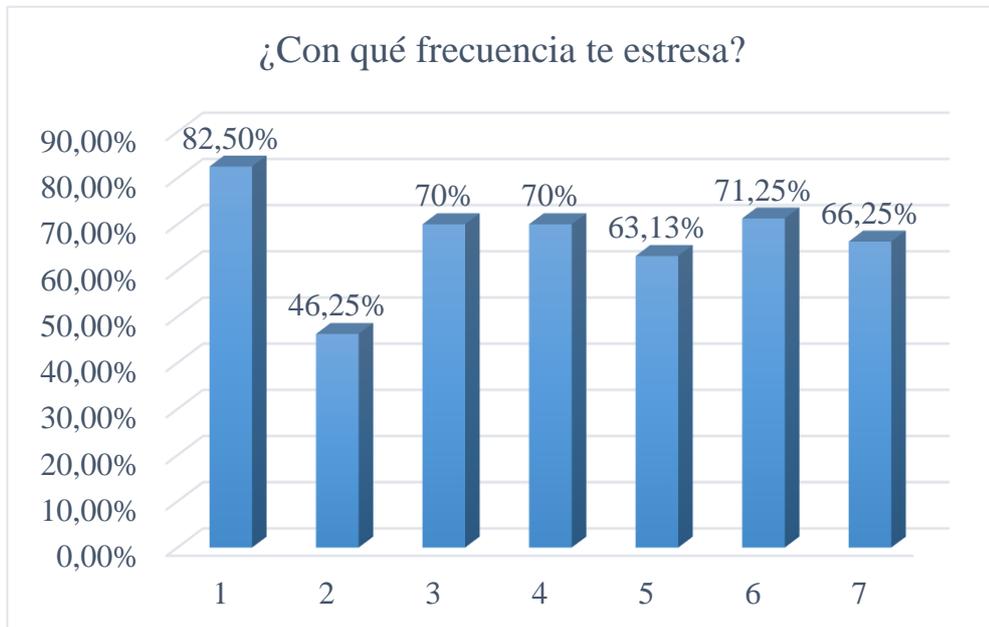
Tabla 5 *¿Con qué frecuencia te estresa?*

Pregunta	Frecuencia	Porcentaje
1. La sobrecarga de tareas y trabajos escolares	132	82,50%
2. La personalidad y el carácter de los/as profesores/as	74	46,25%
3. La forma de evaluación de mis profesores/as	112	70%
4. El nivel de exigencia de mis profesores/as	112	70%
5. El tipo de trabajo que me piden los profesores	101	63,13%
6. Tener tiempo limitado para hacer el trabajo	114	71,25%
7. La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as	106	66,25%

Fuente. *Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.*

Autor. *Riera (2021).*

Ilustración 15 ¿Con qué frecuencia te estresa?



Fuente. *Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.*
Autor. *Riera (2021).*

Análisis y Discusión.

Con los datos obtenidos mediante el inventario Sisco, se puede observar un índice del 82,50% en el que los estudiantes manifiestan sentir estrés en la sobrecarga de tareas y trabajos escolares, un 46,25% de estudiantes manifiestan que sienten estrés ante la personalidad y el carácter de los docentes, un 70% de estudiantes manifiestan que sienten estrés ante la forma de evaluación de los docentes, un 70% de estudiantes también manifiestan que sienten estrés ante el nivel de exigencia de los docentes, un 63,13% de estudiantes manifiestan que sienten estrés cuando observan el tipo de trabajo que me piden los docentes, un 71,25% de estudiantes manifiestan que sienten estrés por tener tiempo limitado para hacer el trabajo y finalmente un 66,25% de estudiantes manifiestan que sienten estrés ante la poca claridad que tienen sobre lo que quieren los docentes.

Dimensión síntomas (reacciones)

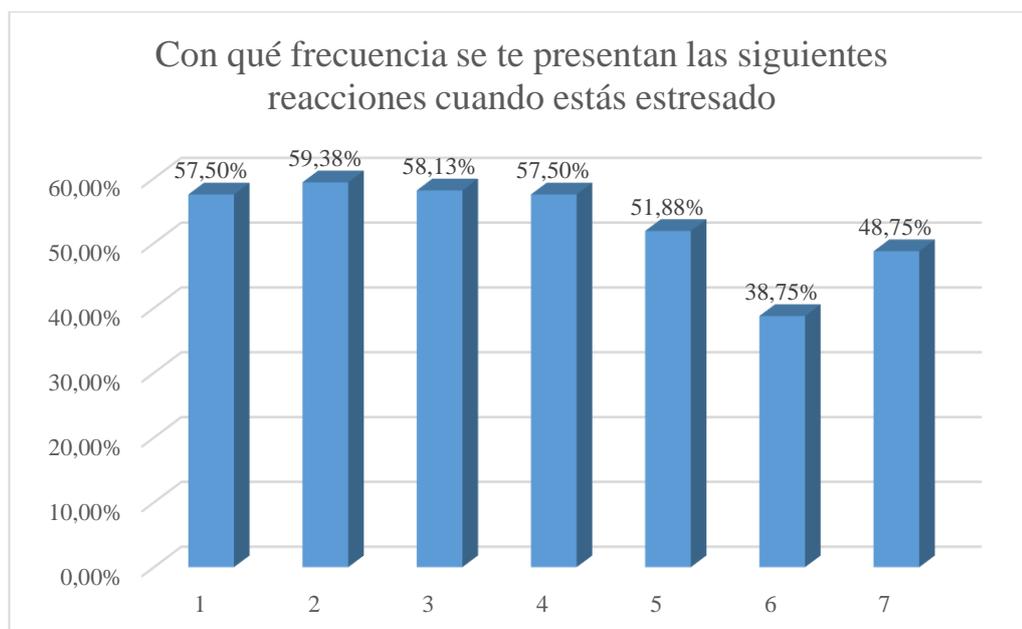
Tabla 6 Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado

Pregunta	Frecuencia	Porcentaje
1. Fatiga crónica	92	57,50%
2. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	95	59,38%
3. Ansiedad, angustia o desesperación	93	58,13%
4. Problemas de concentración	92	57,50%
5. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	83	51,88%
6. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	62	38,75%
7. Desgano para realizar las labores escolares	78	48,75%

Fuente. Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.

Autor. Riera (2021).

Ilustración 16 Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado



Fuente. Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.

Autor. Riera (2021).

Análisis y Discusión.

De acuerdo a los datos obtenidos se observa que un 57,50% de estudiantes presentan como reacción fatiga crónica es decir cansancio permanente, un 59,38% de estudiantes consideran que tienen sentimientos de depresión y tristeza es decir se sienten decaídos, un 58,13% sienten ansiedad, angustia y desesperación, un 57,50% de estudiantes manifiestan tener problemas de concentración, un 51,88% de estudiantes consideran tener sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad, un 38,75% de estudiantes presentan conflictos o tienen tendencia a polemizar o discutir, y finalmente un 48,75% de estudiantes manifiestan que tienen desgano para realizar las labores escolares.

Dimensión estrategias de afrontamiento

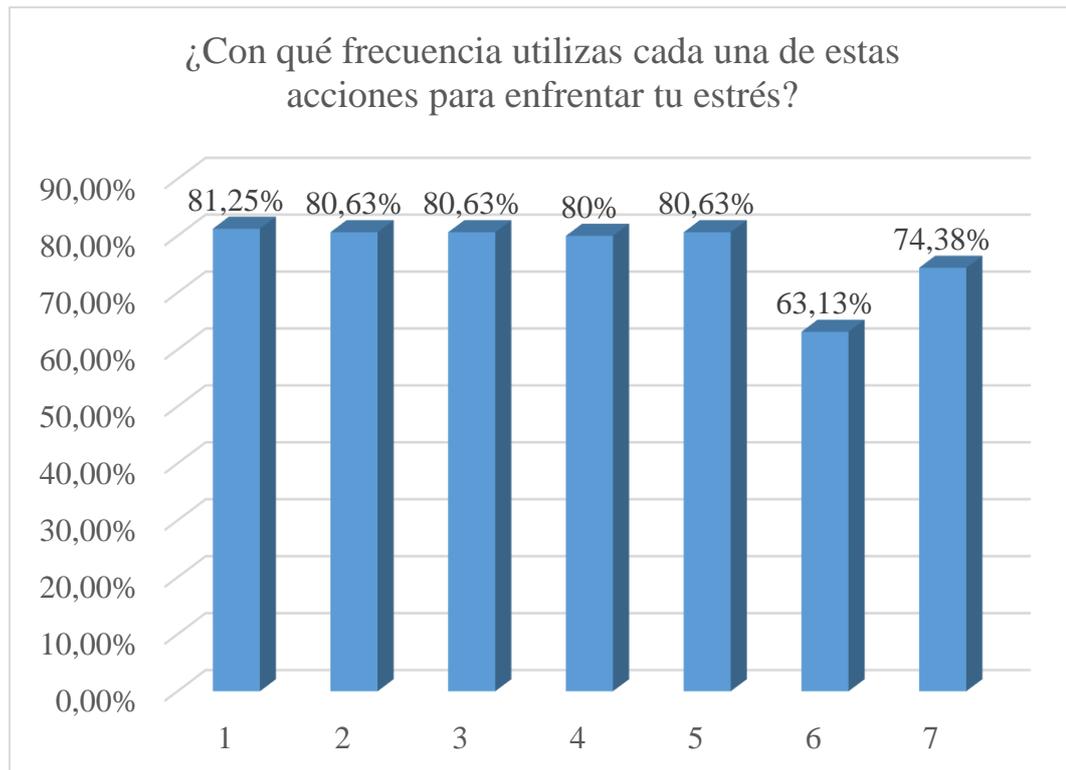
Tabla 7 *Tabla de acciones para enfrentar el estrés.*

Pregunta	Frecuencia	Porcentaje
1. Concentrarse en resolver la situación	130	81,25%
2. Establecer soluciones concretas	129	80,63%
3. Analizar lo positivo y negativo de las soluciones	129	80,63%
4. Mantener el control sobre mis emociones	128	80%
5. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente	129	80,63%
6. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa	101	63,13%
7. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación	119	74,38%

Fuente. *Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.*

Autor. *Riera (2021).*

Ilustración 17 ¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés?



Fuente. *Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.*

Autor. *Riera (2021).*

Análisis y Discusión.

Con los datos obtenidos se puede observar que el 81,25% de los estudiantes se concentran en resolver la situación que les preocupa, el 80,63% de los estudiantes manifiestan que establecen soluciones concretas para resolver la situación que les preocupa, el 80,63% de los estudiantes manifiestan que analizan lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que les preocupa, el 80% de estudiantes mantienen el control sobre sus propias emociones para que no les afecte lo que les estresa, el 80,63% de estudiantes manifiestan que recuerdan situaciones similares ocurridas anteriormente y buscan como las solucionó anteriormente, el 63,13% de los estudiantes siendo el porcentaje menos en relación a los demás ítems elaboran un plan para enfrentar lo que les estresa, y finalmente un 74,38% de estudiantes se fijan o tratan de obtener lo positivo de la situación que les preocupa.

3.1.2 Variable dependiente: Rendimiento Académico

Trayectoria estudiantil durante el bachillerato

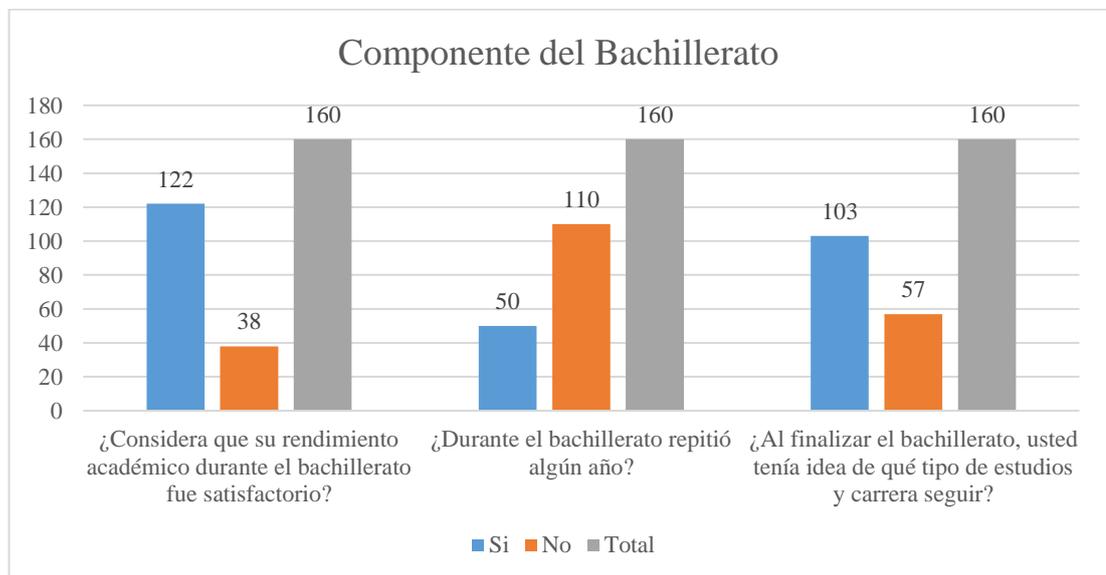
Tabla 8 Trayectoria estudiantil durante el bachillerato.

Pregunta	Si		No	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
P1	122	76,25%	38	23,75%
P2	50	31,25%	110	68,75%
P3	103	64,37%	57	35,63%

Fuente. Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.

Autor. Riera (2021).

Ilustración 18 Trayectoria estudiantil durante el bachillerato.



Fuente. Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.

Autor. Jennifer Valeria Riera Pucha, 2021.

Análisis y discusión.

Tras obtener los datos se determinó que en el componente Bachillerato, el 76,25% de los estudiantes su rendimiento académico ha sido satisfactorio equivalente a 122 estudiantes mientras para el restante 23,75% equivalente a 38 estudiantes su rendimiento en el bachillerato fue deficiente. El 31.25% de los estudiantes de nivelación es decir 50 estudiantes han repetido un año durante el bachillerato; mientras que 110 estudiantes equivalente al 68,75% no ha repetido ningún año durante el bachillerato. En relación a la pregunta 3 se establece que para el 64,37% equivalente a 113 estudiantes ya sabían qué carrera iban a estudiar, mientras que el 35,63% de los casos equivalente a 57 estudiantes no tenían conocimiento de la carrera que iban a estudiar en la universidad.

Trayectoria estudiantil universitaria.

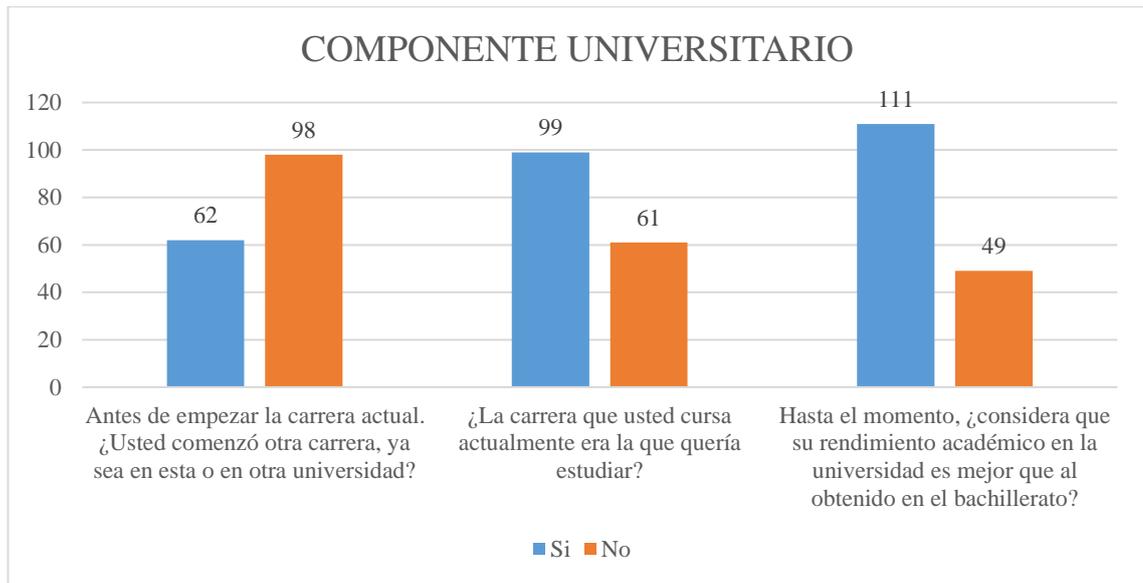
Tabla 9 *Trayectoria estudiantil universitaria.*

Pregunta	Si		No	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
P4	62	38,75%	98	61,25%
P5	99	61,87%	61	38,13%
P6	111	69,37%	49	30,63%

Fuente. *Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.*

Autor. *Riera (2021).*

Ilustración 19 Trayectoria estudiantil universitaria.



Fuente. *Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.*

Autor. *Riera (2021).*

Análisis y discusión.

Tras obtener los resultados en base al componente Trayectoria Estudiantil Universitaria, se determina que el 38,75% equivalente a 62 estudiantes ya habían iniciado otra carrera universitaria de manera previa, mientras que el restante 61,25% equivalente a 98 estudiantes no han iniciado una carrera universitaria previamente. El 61,87% equivalente a 99 estudiantes están en la carrera que querían estudiar, mientras que el 38,13% restante equivalente a 61 estudiantes de los estudiantes encuestados se encuentran estudiando una carrera que no era su preferencia. El 69,37% de los encuestados equivalentes a 111 estudiantes consideran que su rendimiento académico en la universidad ha mejorado en relación al Bachillerato, mientras el 30,63% equivalente a 49 estudiantes considera que su rendimiento no ha mejorado.

Variables institucionales y pedagógicas.

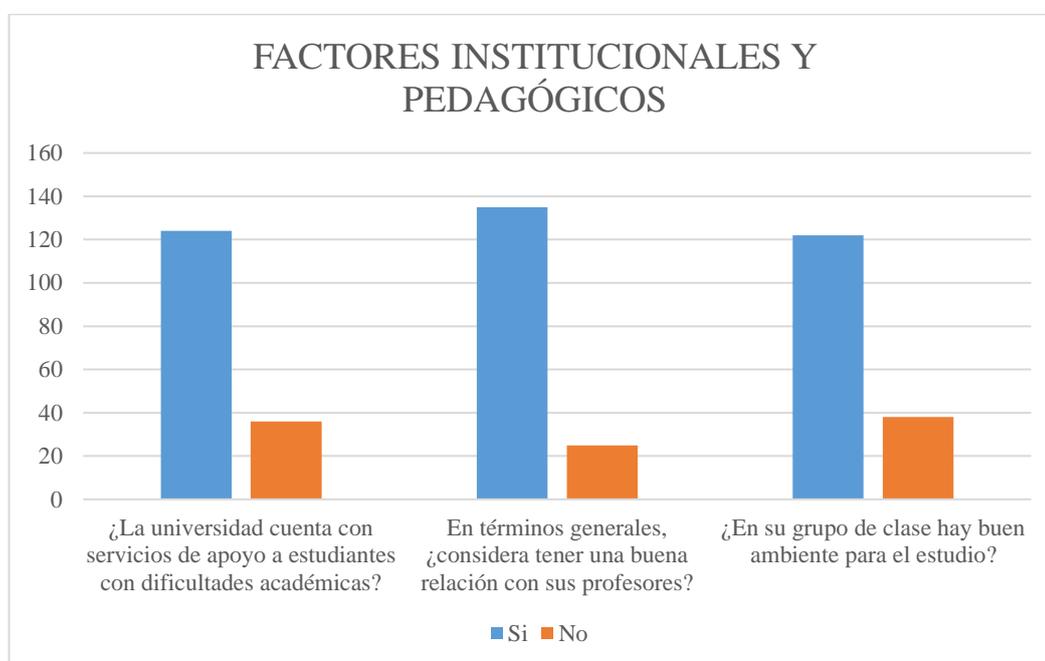
Tabla 10. variables institucionales y pedagógicas.

Pregunta	Si		No	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
P7	124	77,50%	36	22,50%
P8	135	84,38%	25	15,62%
P9	122	76,25%	38	23,75%

Fuente. Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.

Autor. Riera 2021

Ilustración 20 Variables instituciones y pedagógicas.



Fuente. Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.

Autor. Riera (2021).

Análisis y discusión.

Una vez se aplicado el instrumento con el fin de conocer los factores que influyen en el rendimiento académico se han recopilados los datos, los cuales poseen dos opciones de respuesta en este caso el componente Factores institucionales. Para el 77,50% equivalente a 124 estudiantes manifiestan que la universidad si cuenta con servicios de apoyo para estudiantes con dificultades académicas, mientras que el 22,50% restante equivalente a 36 estudiantes manifiestan que la universidad no presta los servicios necesarios para estudiantes en dificultades académicas. El 84,38% equivalente a 135 estudiantes establecen que existe una buena relación con los docentes, el 15,62% equivalente a 25 estudiantes establecen que no existe una buena relación con los docentes. El 76.25% de los encuestados equivalentes a 122 estudiantes establecen que en el grupo existe un buen ambiente de trabajo mientras que el 23.75% equivalente a 38 estudiantes establecen que el ambiente en el lugar de estudio no es adecuado.

Método de estudio.

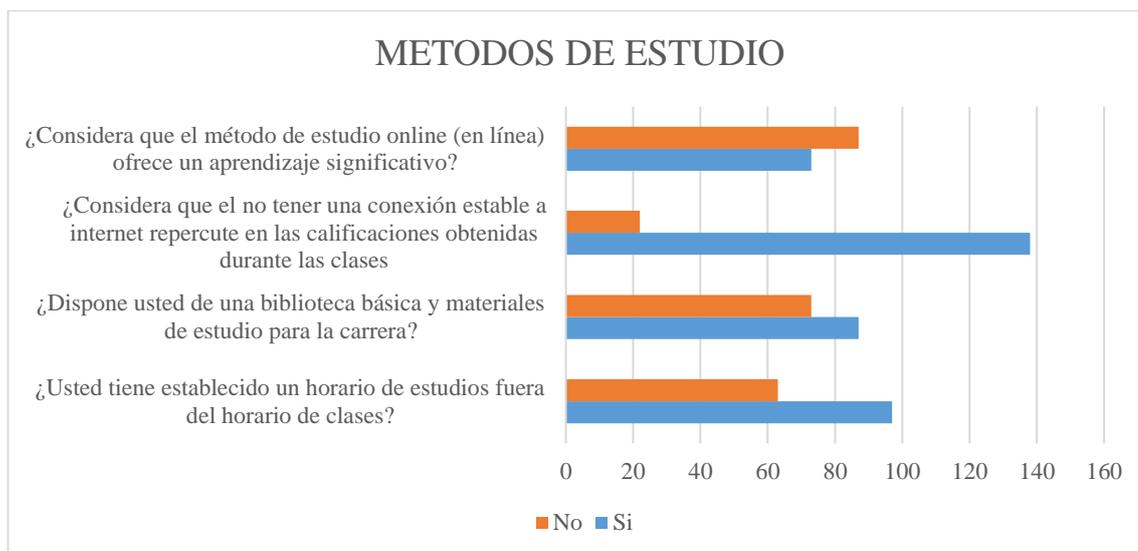
Tabla 11 *Método de Estudio*

Pregunta	Si		No	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
P10	97	60,63%	63	39,37%
P11	87	54,37%	73	45,63%
P12	138	86,25%	22	13,75%
P13	73	45,62%	87	54,38%

Fuente. *Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.*

Autor. *Riera (2021).*

Ilustración 21 Variables Método de Estudio



Fuente. *Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.*

Autor. *Riera 2021.*

Análisis y discusión.

De acuerdo al componente métodos de estudio se determinó que el 60,63% equivalente a 97 estudiantes no poseen un horario de estudios propio, mientras al 39,37% equivalente a 63 estudiantes de los encuestados si posee un horario propio de estudio. El 54,37% equivalente a 87 estudiantes establecen que si disponen de una biblioteca básica para poder estudiar con mayor facilidad mientras que el 45,63% equivalente a 73 estudiantes no disponen del mismo. Para el 86,25% equivalente a 138 estudiantes consideran que al no tener una buena conexión a internet repercute directamente sobre las calificaciones de los estudiantes, mientras que el 13,75% equivalente a 22 estudiantes consideran que el acceso a internet no es un factor determinante en el rendimiento académico. El 45,62% equivalente a 73 estudiantes consideran que el método de estudio online si ofrece un aprendizaje significativo, mientras que el 54,38% equivalente a 87 estudiantes consideran que el método de estudios online no genera un aprendizaje significativo.

Percepciones sobre el rendimiento académico.

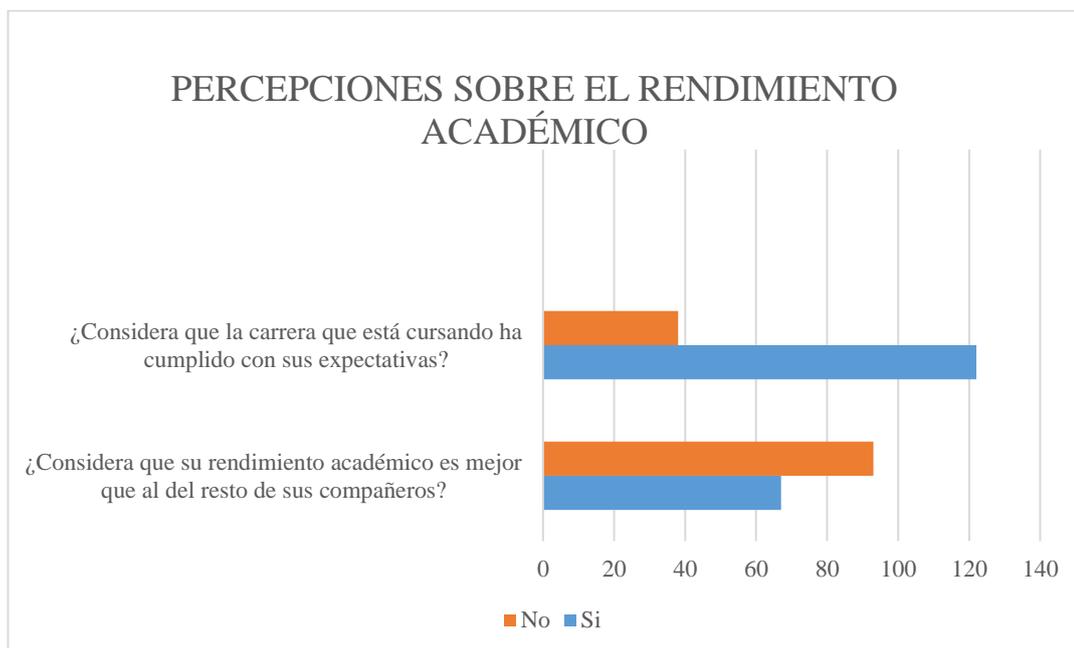
Tabla 12 Percepciones sobre el rendimiento académico.

Preguntas	Si		No	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
P14	67	41,87%	93	58,13%
P15	122	76,25%	38	23,75%

Fuente. Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.

Autor. Riera 2021.

Ilustración 22 Percepciones sobre el rendimiento académico.



Fuente. Estudiantes de Nivelación de Carrera de la FJCS.UTA, 2021.

Autor. Riera (2021).

Análisis y Discusión

De acuerdo al componente Percepciones sobre el rendimiento académico se determina que el 41,87% equivalente a 67 estudiantes consideran que su rendimiento académico es superior que el de sus compañeros, mientras el 58,13% equivalente a 93 estudiantes no consideran que su rendimiento sea superior al de sus compañeros. El 76,25% equivalente a 122 estudiantes consideran que la carrera ha superado sus expectativas mientras el 23,75% equivalente a 38 estudiantes consideran que la carrera no ha superado sus expectativas.

3.2. Verificación de hipótesis

Para la presente investigación se optó por verificar la hipótesis empleando el programa estadístico SPSS mediante el Chi Cuadrado de Pearson.

3.2.1. Planteamiento de la Hipótesis

Hipótesis nula Ho: El Estrés NO incide en el Rendimiento Académico en estudiantes de nivelación de carrera de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato en tiempos de pandemia por COVID-19.

Hipótesis alterna H1: El Estrés SI incide en el Rendimiento Académico en estudiantes de nivelación de carrera de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato en tiempos de pandemia por COVID-19.

3.2.2. Especificación del Estadígrafo

Para la combinación de la hipótesis se expone un cuadro para la población de dos filas de “Si y No” (Rendimiento Académico) por seis columnas “Nunca, Casi nunca, Rara vez, A veces, Casi siempre, Siempre” (Estrés), con lo que se determina las frecuencias esperadas, mediante la siguiente formula:

$$X^2 = \sum \left[\frac{(O - E)^2}{E} \right]$$

Simbología:

X²= Chi Cuadrado

Σ= Sumatoria

O= Frecuencias Observadas

E= Frecuencias Esperadas

Distribución según el género

La presente investigación está constituida por los estudiantes de nivelación de las carreras de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato, para lo cual se tomó en consideración las carreras de Derecho, Trabajo Social y Comunicación Social con un total de 160 estudiantes entre ellos hombres y mujeres.

Tabla 13 Distribución según el género

Unidades de observación	Frecuencia	Porcentaje
Hombres	44	27,5%
Mujeres	116	72,5%
TOTAL	160	100%

Autor. Riera (2021).

Especificación de las Regiones de Aceptación y Rechazo

Para determinar sobre estas dos variantes, hay que primero definir los grados de libertad (gl), sabiendo que el cuadro está constituido por seis filas y cuatro columnas.

$$\text{Grados de libertad} = (f - 1) * (c - 1)$$

$$gl = (2 - 1) * (6 - 1)$$

$$gl = 1 * 5$$

$$gl = 5$$

En donde:

Gl= grados de libertad

F= filas

C= columnas

Distribución teórica de Chi ²

Ilustración 23 Distribución teórica de Chi Cuadrado

v/p	0,001	0,0025	0,005	0,01	0,025	0,05	0,1	0,15	0,2
1	10,8274	9,1404	7,8794	6,6349	5,0239	3,8415	2,7055	2,0722	1,6424
2	13,8150	11,9827	10,5965	9,2104	7,3778	5,9915	4,6052	3,7942	3,2189
3	16,2660	14,3202	12,8381	11,3449	9,3484	7,8147	6,2514	5,3170	4,6416
4	18,4662	16,4238	14,8602	13,2767	11,1433	9,4877	7,7794	6,7449	5,9886
5	20,5147	18,3854	16,7496	15,0863	12,8325	11,0705	9,2363	8,1152	7,2893
6	22,4575	20,2491	18,5475	16,8119	14,4494	12,5916	10,6446	9,4461	8,5581
7	24,3213	22,0402	20,2777	18,4753	16,0128	14,0671	12,0170	10,7479	9,8032
8	26,1239	23,7742	21,9549	20,0902	17,5345	15,5073	13,3616	12,0271	11,0301
9	27,8767	25,4625	23,5893	21,6660	19,0228	16,9190	14,6837	13,2880	12,2421
10	29,5879	27,1119	25,1881	23,2093	20,4832	18,3070	15,9872	14,5339	13,4420
11	31,2635	28,7291	26,7569	24,7250	21,9200	19,6752	17,2750	15,7671	14,6314
12	32,9092	30,3182	28,2997	26,2170	23,3367	21,0261	18,5493	16,9893	15,8120
13	34,5274	31,8830	29,8193	27,6882	24,7356	22,3620	19,8119	18,2020	16,9848
14	36,1239	33,4262	31,3194	29,1412	26,1189	23,6848	21,0641	19,4062	18,1508
15	37,6978	34,9494	32,8015	30,5780	27,4884	24,9958	22,3071	20,6030	19,3107
16	39,2518	36,4555	34,2671	31,9999	28,8453	26,2962	23,5418	21,7931	20,4651
17	40,7911	37,9462	35,7184	33,4087	30,1910	27,5871	24,7690	22,9770	21,6146

Autor. Riera (2021).

Selección de Nivel de Significancia

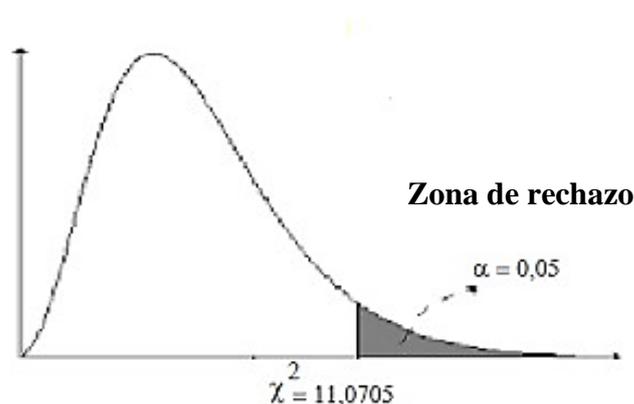
El nivel de significancia con el que se trabaja es del 5%.

$$\alpha = 0.05$$

Por lo tanto, con 5 grados de libertad y 0,05 el nivel de significancia: el valor **X_{2t}** es de 11,07.

Campana de Gauss

Ilustración 24 Campana de Gauss



Autor. Riera (2021).

Recolección de datos y cálculo de los estadísticos

Tabla 14. Tabla Chi cuadrado.

Chi-cuadrado de Pearson	Valor Chi Cuadrado	gl	<0,05 Sig. asintótica	VI: Estrés	VD: Rendimiento Académico
	13,473	5	0,019	Proceso profesional	Visión profesional
	12,362	5	0,03	Rutinas de estudio	Hábitos de estudio
	18,482	5	0,002	Modalidad de estudio (online)	Tiempo para ejecutar
	17,498	5	0,004	Tipo de actitud (estado de ánimo)	Capacidad adaptativa

Autor. Riera (2021).

Decisión

Todos los valores Chi Cuadrado calculados son mayores al $X_{2t} = 11,07$, además la significación asintótica es $<0,05$ lo que indica que todos los resultados están en la zona de rechazo de la Hipótesis 0 y en consecuencia se acepta la Hipótesis Alterna:

H1: El Estrés **SI** incide en el Rendimiento Académico en estudiantes de nivelación de carrera de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato en tiempos de pandemia por COVID-19.

En la siguiente tabla se muestra una de las combinaciones más representativas realizadas a través del Chi Cuadrado de Pearson, en donde se identifica la incidencia de la variable independiente estrés en la variable dependiente rendimiento académico en donde se demuestra asimetría entre las dos variables.

Tabla 15 *Tabla Cruzada Chi Cuadrado*

Tabla de contingencia	¿Considera que el método de estudio online (en línea) ofrece un aprendizaje significativo? * Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as		
	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	18,482 ^a	5	,002
Razón de verosimilitud	19,949	5	,001
Asociación lineal por lineal	3,610	1	,057
N de casos válidos	160		

CAPITULO IV.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1. CONCLUSIONES

- Tomando en consideración los resultados obtenidos mediante la prueba de Chi-cuadrado de Pearson con un valor teórico mayor a $X^2_t = 11,07$, de modo que se comprueba que el estrés si influye en el rendimiento académico de los estudiantes de nivelación de las carreras de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato en tiempos de pandemia por COVID-19.
- Los estudiantes atribuyen a un nivel moderado de estrés con un 60,63% principalmente considerando a estresores como a sobrecarga de tareas y trabajos escolares, tener tiempo limitado para hacer el trabajo que encargan los docentes, la forma de evaluación y el nivel de exigencia de los docentes. En el caso de los síntomas o reacciones más sobresalientes son la presencia de sentimientos de depresión y tristeza, ansiedad, angustia o desesperación, y finalmente problemas de concentración. En cuanto a las estrategias de afrontamiento que más predominan son las de concentrarse en resolver la situación que les preocupa, establecer soluciones concretas, analizar lo positivo y lo negativo y finalmente recordar situaciones similares ocurridas anteriormente.
- En cuanto al rendimiento académico de los estudiantes se pueden destacar aspectos que influyen como el no tener una idea clara de la carrera a seguir, la relación existente entre docente-alumno, el no disponer de una biblioteca básica y materiales de estudio para la carrera, la deficiente conexión a internet de algunos de los estudiantes, la falta de hábitos de estudio en cuanto al horario empleado fuera de las horas clases y finalmente consideran que la modalidad de estudios empleada actualmente (online) no ofrece un aprendizaje significativo.

4.2. RECOMENDACIONES.

- Es necesario que exista un manejo adecuado de los niveles de estrés de los estudiantes de nivelación de carrera de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato en vista que los niveles de estrés que se han presentado están. El acompañamiento por parte de la Dirección de Bienestar Estudiantil y Universitario y del departamento de psicología se hace indispensable ya que cabe dentro de sus funciones y posee el personal capacitado para el manejo de episodios de estrés y ansiedad.
- Con el fin de mejorar el rendimiento académico es necesaria la implementación de técnicas y herramientas pedagógicas por parte de los docentes hacia los estudiantes acorde al nivel de presión que exista dentro de los temas de clase. Por ello es recomendable una capacitación constante de la planta docente en técnicas pedagógicas que involucren diferentes estrategias y herramientas integradoras de los tipos de aprendizaje y la realidad, que en el presente caso se pueden relacionar a los entornos virtuales de aprendizaje.
- Es importante el mejoramiento continuo del proceso de enseñanza aprendizaje considerando las diferentes técnicas y herramientas tecnológicas que existen, en especial aquellos relacionados al manejo de estrés y de técnicas para evaluar el rendimiento académico. Considerando que el estrés es un grave problema de salud se debe desarrollar estrategias de carácter humanista para mejorar la calidad educativa en un ambiente adecuado de estudio.

5. BIBLIOGRAFIA

1. Águila, B., Castillo, M., Monteagudo de la Guardia, R., & Nieves, Z. (2015). Estrés académico. *EDUMECENTRO*, 163-178.
2. Alcalá, U. (2021). ¿Qué es la investigación cuantitativa? - Master en Finanzas Cuantitativas: Universidad de Alcalá - Madrid. <https://www.master-finanzas-cuantitativas.com/que-es-investigacion-cuantitativa/>
3. Álvarez, L. (2018). Estrés académico en estudiantes de tecnología superior. http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1390-86342018000100193
4. APA. (2021). Los distintos tipos de estrés. <https://www.apa.org/centrodeapoyo/tipos>
5. AEPSAL. (2016). ¿Qué es el estrés? Causas y síntomas - AEPSAL. <https://www.aepsal.com/estres-causas-y-sintomas/>
6. Aguilar, F. (2020). Del aprendizaje en escenarios presenciales al aprendizaje virtual. *Estudios Pedagógicos*, 214.
7. Alarcón, R. (2003). *Salud mental y atención de la salud mental en América Latina*. Obtenido de Word Psychiatry: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1525063/>
8. AMP. (2015). *Asociación Mundial de Psiquiatría*. Obtenido de Salud Mental y Atención Mental en Latinoamérica.: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1525063/>
9. Armenta, L., Quiroz, C., & Abundis, F. (2020). Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Revista Espacios*, 1-14.
10. Banco Mundial. (28 de Diciembre de 2015). *Banco Mundial*. Obtenido de El estrés, aliado de la pobreza de Latinoamérica: <https://www.bancomundial.org/es/news/feature/2015/12/28/el-estres-aliado-de-la-pobreza-de-latinoamerica>

11. Barraza, A. (2018). *Inventario SIStémico Cgnoscitivista para el estudio del estrés académico*. Obtenido de ECORFAN: https://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf

12. Barrera, A. (2020). Alto nivel de estrés en universitarios durante la cuarentena: Estudio UVM – Sala de Prensa UVM. <https://laureate-comunicacion.com/prensa/alto-nivel-de-estres-en-universitarios-durante-la-cuarentena-estudio-uvm/#.YHkrd-hKjIU>

13. Bobadilla, J. (2006). *Psicoinformativo*. Obtenido de Tipos de rendimiento académico: <https://sites.google.com/site/psicoinforma05/rendimiento-escolar/tipos-de-re>

14. Caiza, M. (2013). “*EL RENDIMIENTO ACADÉMICO Y SU INFLUENCIA EN LA AUTOESTIMA DE LOS NIÑOS DEL CENTRO DE DESARROLLO COMUNITARIO DE SAN DIEGO DE LA ZONA CENTRO DEL CANTÓN QUITO DE LA PROVINCIA DE PICHINCHA*”. Ambato.

15. Carranza, R. (2017). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de. *Revista de Investigacion en Ciencias Sociales*, 135.

16. Cerezo, B. (18 de Julio de 2018). *Fracaso Escolar: Causas y Consecuencias*. Obtenido de CIPSIA: <https://www.cipsiapsicologos.com/psicologia-infantil/el-fracaso-escolar-causas-y-consecuencias/>

17. Chilca, M. (2017). Autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Propositos y representaciones*, 4.

18. Coba, J. (=6 de Agosto de 2017). *Tungurahua, tercera provincia con más estrés en el país*. Obtenido de <https://lahora.com.ec/tungurahua/noticia/1102090373/tungurahua-tercera-provincia-con-mas-estres-en-el-pais>

19. Del Toro, A., Gorguet, M., Pérez, Y., & Ramos, D. (2011). Estrés académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar. *MEDISAN*, v.15 .
20. ECURED. (2021). *ECURED*. Obtenido de Rendimiento académico: https://www.ecured.cu/Rendimiento_acad%C3%A9mico
21. Gardey, A. (2012). *Definiciones*. Obtenido de Definiciones: <https://definicion.de/rendimiento-academico/>
22. Gallardo, I. (2021). Estrés: Síntomas, Tratamientos, Qué es, e Información. <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/estres.html>
23. Guerrero, S. (2014). Nurses serious illness experience: A qualitative study based on biographical stories. *Index de Enfermería*, 23(1–2), 56–60. <https://doi.org/10.4321/s1132-12962014000100012>
24. Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. Mexico : Mc Graw Hill.
25. Infante, M. (2020). *TIPOS DE RENDIMIENTO ESTUDIANTIL*. Obtenido de Rendimiento Escolar: <http://performance240.blogspot.com/2018/04/tipos-y-resultado-del-re.html>
26. Llamas, J. (2021). Investigación tecnológica - Qué es, definición y concepto | 2021 | Economipedia. <https://economipedia.com/definiciones/investigacion-tecnologica.html>
27. López, P. (2015). Bajo rendimiento académico en estudiantes y disfuncionalidad familiar. *MEDISAN*.
28. Lovón, M., & Cisneros, S. (2020). Repercusiones de las clases virtuales en los estudiantes universitarios en el contexto de la cuarentena por COVID- 19 : El caso de la PUCP Impact of virtual classes on the university students in the context of COVID-19 quarantine: The case of the PUCP. 8(3). <https://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/download/588/1086>

29. Maltos, M. (30 de 08 de 2013). *Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM)*. Obtenido de Dirección General de Divulgación de la Ciencia (DGDC): http://ciencia.unam.mx/leer/249/Estres_que_pasa_en_el_cerebro
30. Mamani, A. (2007). Factores que desencadenan el estrés y sus consecuencias en el desempeño laboral en emergencia | Mamani-Encalada | Revista Peruana de Obstetricia y Enfermería. <https://www.aulavirtualusmp.pe/ojs/index.php/rpoe/article/view/543/415>
31. Márquez, J., & Et, A. (2021). Vista de Escala para valorar el estrés en estudiantes de cursos de física en tiempos de Covid-19. <https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/1206/1112>
32. Martínez-pérez, J. R. (2020). Regresión logística y predicción del bajo rendimiento académico de estudiantes en la carrera Medicina. *Revista Electrónica Dr. Zoilo E. Marinello Vidaurreta*, 45(4).
33. Mejía, T. (2020a). Investigación correlacional: características, tipos y ejemplos. <https://www.lifeder.com/investigacion-correlacional/>
34. Mejía, T. (2020b). Investigación explicativa: características, técnicas, ejemplos - Lifeder.
35. Mejía, T. (2020b). Investigación explicativa: características, técnicas, ejemplos - Lifeder.
36. Mendoza, F. (2014). *El Telégrafo*. Obtenido de <https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/sociedad/4/el-rendimiento-escolar-de-ecuador-en-las-pruebas-de-la-unesco-estuvo-entre-los-4-mejores>
37. Meneses, N. (06 de Abril de 2017). FORMARTE. Obtenido de Ventajas y desventajas de la educación virtual y presencial: <https://www.formarte.edu.co/blog/ventajas-y-desventajas-de-la-educacion-virtual-y-presencial/>
38. Moreno, R. (2020). Reflexiones en torno al Impacto del Covid-19 sobre la Educación Universitaria: Aspectos a Considerar acerca de los Estudiantes con

- Discapacidad. *Revista Internacional de Educación Para La Justicia Social*, 9(3). <https://bit.ly/2WNEOBf>
39. Navarro, R. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. *Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 4.
 40. ONU. (2021). La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19. https://www.siteal.iiep.unesco.org/respuestas_educativas_covid_19.
 41. Ordorika, I. (2020). Pandemia y educación superior. *Revista de La Educación Superior*, 49(194), 1–8. <https://doi.org/10.36857/resu.2020.194.1120>
 42. Ortega Toledo, C. J. (2021). EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU INCIDENCIA EN LAS FUNCIONES COGNITIVAS BÁSICAS EN ESTUDIANTES DE SEXTO Y SÉPTIMO SEMESTRE DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO. Ambato, Tungurahua, Ecuador.
 43. Proaño, W., & Sanchez, I. (2019). Rendimiento académico, una reflexión desde la conducta en estudiantes de un colegio de Guayaquil, Ecuador . *Avances*.
 44. Reinoso, E. (2017). *“Influencia del Estrés en el Rendimiento Académico de los*. Quito.
 45. Reyes, N. (2021). Ansiedad, estrés e ira: el impacto del COVID-19 en la salud mental de estudiantes. *Investigacion y desarrollo*, 5-6.
 46. Sánchez, E. (2014). Clasificación y funciones de las herramientas digitales. *LEPRI*, 2-3.
 47. Signa. (2019). Los efectos del estrés y su impacto en tu salud | Cigna. <https://www.cigna.com/es-us/individuals-families/health-wellness/effects-of-stress-and-their-impact-on-your-health>
 48. Silva, M., & et, A. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. https://pure.udem.edu.mx/ws/portalfiles/portal/15077291/articluo_estres_academico.pdf

49. Shum, Y. M. (21 de Septiembre de 2016). *Yin Min Shum*. Obtenido de Herramientas Digitales Básicas y necesarias para los Community Managers: <https://yiminshum.com/las-herramientas-digitales-basicas-necesarias-community-manager/>
50. Suárez, N., & Díaz, L. (2015). Estrés académico, deserción y estrategias de retención de estudiantes en la educación superior. *Rev. salud pública.*, 300-313.
51. Tobar, E. (17 de Mayo de 2018). *E-learning Master*. Obtenido de Inteligencia emocional en el entorno virtual: <http://elearningmasters.galileo.edu/2018/05/17/inteligencia-emocional/>
52. Tusev, A. (2020). Efectos Iniciales en la Salud Mental por la Pandemia de Covid-19 en algunas Provincias de Ecuador. *Revista UEES*, 10.
53. Ucha, F. (2008). *Definición de Encuesta*. Obtenido de <https://www.definicionabc.com/comunicacion/encuesta.php>
54. UNIR. (20 de Agosto de 2020). *Universidad en Intenet*. Obtenido de Ventajas y Desventajas de la educación on-line.: <https://ecuador.unir.net/actualidad-unir/ventajas-y-desventajas-de-estudiar-online/>
55. Valle, A. (2018). Niveles de rendimiento académico e implicación en los deberes. *European Journal of education and Psychology*, 20.
56. Vasquez, G., & et, A. (2020). SciELO - Salud Pública - Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recog. <https://www.scielosp.org/article/csp/2020.v36n4/e00054020/es/>
57. Valle, M. (2019). El impacto de la inteligencia emocional en las aulas virtuales y su impacto socio educacional. *ICONO*, 505.
58. Velástegui, D. (2020). Efectos de la emergencia sanitaria por COVID-19 en la salud mental de hombres y. *Investigación y Desarrollo*, 3.

59. Villaruel, R. (2020). *Revista Economía y Política*. Obtenido de Determinantes del rendimiento académico de la educación media en Ecuador: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/5711/571163421008/html/index.html>

6. ANEXOS

Anexo 1. Manual de Estrés SISCO 2da Edición.

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

- Si
 No

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

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

1	2	3	4	5

3.-Dimensión estresores

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿con que frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

¿Con qué frecuencia te estresa:

Estresores	N	CN	RV	AV	CS	S
La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días						
La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases						
La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)						
El nivel de exigencia de mis profesores/as						
El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)						
Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as						
La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as						

4.- Dimensión síntomas (reacciones)

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X, ¿con que frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de

valores del apartado anterior.

Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:

Síntomas	N	CN	RV	AV	CS	S
Fatiga crónica (cansancio permanente)						
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
Ansiedad, angustia o desesperación						
Problemas de concentración						
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad						
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir						
Desgano para realizar las labores escolares						

5.- Dimensión estrategias de afrontamiento

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, encerrando en un círculo, ¿con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:

Estrategias	N	CN	RV	AV	CS	S
Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa						
Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las soluciónes						
Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						
Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa						

Codificación: se recomienda utilizar para la codificación de las respuestas los siguientes valores numéricos:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S
0	1	2	3	4	5

Anexo 2. Instrumento para evaluar factores que influyen en el rendimiento académico.

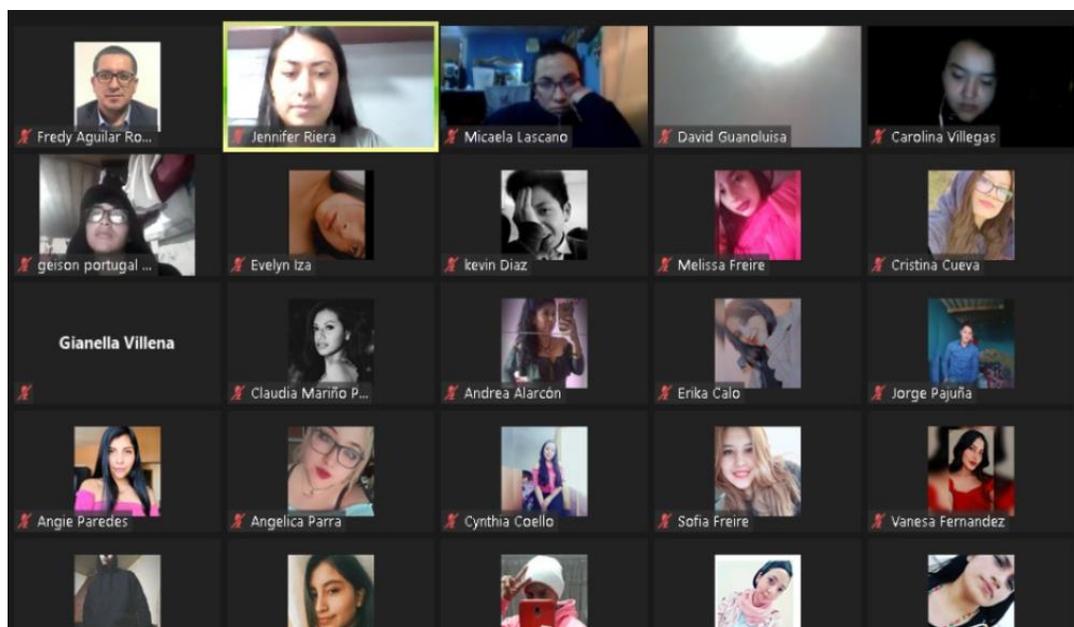
Preguntas / Ítems	SI	NO	
Trayectoria del Bachillerato			
¿Considera que su rendimiento académico durante el bachillerato fue satisfactorio?			
¿Durante el bachillerato repitió algún año?			
¿Al finalizar el bachillerato, usted tenía idea de qué tipo de estudios y carrera seguir?			
Trayectoria universitaria			
Antes de empezar la carrera actual. ¿Usted comenzó otra carrera, ya sea en esta o en otra universidad?			
¿La carrera que usted cursa actualmente era la que quería estudiar?			
Hasta el momento, ¿considera que su rendimiento académico en la universidad es mejor que al obtenido en el bachillerato?			
Variables institucionales y pedagógicas			
¿La universidad cuenta con servicios de apoyo a estudiantes con dificultades académicas?			
En términos generales, ¿considera tener una buena relación con sus profesores?			
¿En su grupo de clase hay buen ambiente para el estudio?			
Método de estudio			
¿Usted tiene establecido un horario de estudios fuera del horario de clases?			
¿Dispone usted de una biblioteca básica y materiales de estudio para la carrera?			
¿Considera que el no tener una conexión estable a internet repercute en las calificaciones obtenidas durante las clases?			
¿Considera que el método de estudio online (en línea) ofrece un aprendizaje significativo?			
Percepciones sobre el rendimiento académico.			
¿Considera que su rendimiento académico es mejor que al del resto de sus compañeros?			
¿Considera que la carrera que está cursando ha cumplido con sus expectativas?			

Variable dependiente: Rendimiento académico

CONCEPTUALIZACIÓN	CATEGORÍAS	INDICADORES	ÍTEMS BÁSICOS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p>Rendimiento Académico</p> <p>Se entiende por rendimiento académico conforme Gardey (2012) a la medición cuantitativa que se les otorga a los conocimientos adquiridos por un estudiante durante un determinado periodo de tiempo. El rendimiento responde a los diferentes estímulos educativos además afirma el autor que rendimiento académico es una medida de las capacidades del alumno, que expresa lo que éste ha aprendido a lo largo del proceso formativo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Rendimiento Suficiente. • Rendimiento Insuficiente. • Rendimiento Satisfactorio. • Rendimiento Insatisfactorio 	<ul style="list-style-type: none"> • Nivel Intelectual • Personalidad • Motivación • Aptitudes • Intereses • Hábitos de estudio • Autoestima 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Al finalizar el bachillerato, usted tenía idea de qué tipo de estudios y carrera seguir? • ¿La carrera que usted cursa actualmente era la que quería estudiar? • ¿considera tener una buena relación con sus profesores? • ¿Usted tiene establecido un horario de estudios fuera del horario de clases? • ¿Considera que el método de estudio online (en línea) ofrece un aprendizaje significativo? • ¿Considera que la carrera que está cursando ha cumplido con sus expectativas? 	<p>Técnica Encuesta</p> <p>Instrumento</p> <p>Instrumento para evaluar factores que influyen en el rendimiento académico.</p>

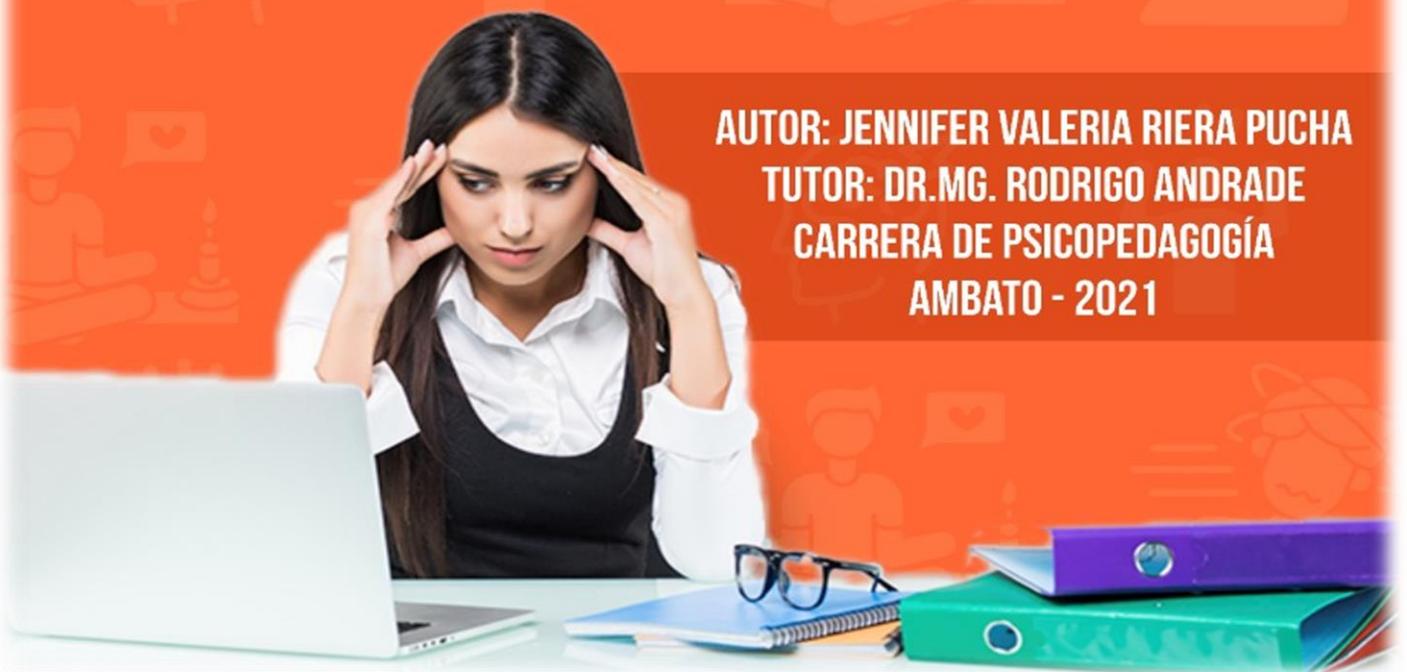
Autor. Riera (2021).

Anexo 4. Evidencia de recolección de datos.



GUÍA PARA EL MANEJO DEL ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO

AUTOR: JENNIFER VALERIA RIERA PUCHA
TUTOR: DR.MG. RODRIGO ANDRADE
CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA
AMBATO - 2021



ÍNDICE DE CONTENIDOS

Definición
Destinatario
Objetivo General
ESTRÉS
Recursos didácticos para el manejo de emociones: ESTRES.
EQUILIBRIO DE EMOCIONES
ORGANIZACIONAL
ALIMENTARIA
DESCANSO
RENDIMIENTO ACADÉMICO
Recursos para mejorar el Rendimiento Académico
INSTRUCCIÓN POR PARES
JUST IN TIME
FICHAS NEMOTECNICAS
SEGUIMIENTO ACADÉMICO



Definición

La presente guía tiene como finalidad sugerir técnicas para el manejo adecuado del estrés y del rendimiento académico en estudiantes de Nivelación de Carrera de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato. Para ello se han considerado cuestiones generales en relación a las variables de estudio.

Destinatario

La Guía está destinada a ser aplicada en estudiantes de nivelación de carrera de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato.

Objetivo General

Desarrollar estrategias para el manejo adecuado del estrés académico además del rendimiento educativo en el contexto de la pandemia por COVID19 de manera especial en estudiantes de nivelación de carrera de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales.

ESTRÉS

Se considera estrés conforme Ávila (2014), a los eventos de tensión que se generan en el ser humano por la presión del mundo moderno y demuestra la inadaptación de las personas al entorno actual y se presenta en lo laboral, familiar, social y académico. Las consecuencias del estrés conforme Palacios (2013), son variadas y ellas afectan las relaciones personales, en el entorno académico esta causado por la sobrecarga de trabajo la exigencia y el desempeño de los estudiantes.



Recursos didácticos para el manejo de emociones: ESTRES.

EQUILIBRIO DE EMOCIONES			
Concepto	Objetivos	Actividad/Ejercicio	Finalidad
<p>Hace referencia al estado que pueden tener los cuerpos cuando las fuerzas que los conforman se encuentran balanceadas.</p> <p>(Nehuen, 2021)</p>	<p>Buscar el justo balance entre las fuerzas internas de un individuo que lo llevan a estar en paz consigo mismo</p>	<ul style="list-style-type: none">• Actitud positiva• Entendimiento de las necesidades.• Expresión de emociones.• Conectar con los objetivos personales	<ul style="list-style-type: none">• Evitar la tensión física y mental• Plantear estrategias de manejo emocional.• Trabajar en la educación emocional.• Elevar el autoestima de los estudiantes con la consecución de objetivos.

ORGANIZACIONAL			
Concepto	Objetivos	Actividad/Ejercicio.	Finalidad.
<p>Modelo que unifica e integra decisiones coherentes para determinar los planes, acciones y propósitos de la organización. Es la creación, ejecución y evaluación de decisiones, en base a las cuales se alcanzarán los objetivos propuestos, también especifica los objetivos, la misión y la visión de la empresa.</p> <p>(Riquelme, 2020)</p>	<p>Desarrollar políticas y planes de acción concernientes a los proyectos y programas para lograr esos objetivos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Organización de actividades. • Estrategia Funcional • Control estratégico 	<ul style="list-style-type: none"> • Brindar prioridad a las actividades • Plantear actividades en función de las capacidades. • Buscar generar estrategias para planificar actividades y evitar el estrés.

ALIMENTARIA

Concepto	Objetivos	Actividad/Ejercicio	Finalidades
<p>Consiste en combatir el estrés por medio de la ingesta de alimentos correctos.</p> <p>(Granada, 2020)</p>	<p>Proponer estrategias alimentarias con el fin de reducir el estrés</p>	<ul style="list-style-type: none">• Ordenamiento de horas de comida.• Alimentos sin grasa• Alimentos bajo en sal• Ejercicio Físico.• Consumo de frutos.	<ul style="list-style-type: none">• Mejorar la digestión• Mejorar la condición física.• Evitar la taquicardia.• Mejorar la imagen y elevar el autoestima.• Mejorar la salud

DESCANSO			
Concepto	Objetivos	Actividad/Ejercicio	Finalidad
<p>Consiste en combatir el estrés por medio del manejo adecuado de las horas de sueño y descanso.</p> <p>(Health, 2019)</p>	<p>Balancear la rutina de descanso para reducir los niveles de estrés y cuidar tu salud.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Regular las horas para dormir. • Dormir en las noches. • Hacer ejercicio. • Leer antes de descansar 	<ul style="list-style-type: none"> • Reducir la ansiedad. • Fortalecer el descanso. • Permite el descanso por el desgaste físico. • Potencializar la relajación y el descanso

RENDIMIENTO ACADÉMICO

Se considera rendimiento académico conforme Pérez (2013), al producto de las evaluaciones que buscan medir los conocimientos adquiridos por los estudiantes durante un período académico. En otras palabras, es “*una medida de la capacidad de los estudiantes*”. Con el fin de mejorar el rendimiento académico conforme Arrobas (2014), se deben desarrollar diferentes herramientas con el fin de mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje e influir directamente en las calificaciones.



Recursos para mejorar el Rendimiento Académico

INSTRUCCIÓN POR PARES			
Concepto	Objetivos	Actividad/Herramientas	Finalidad
<p>Técnica de aprendizaje cooperativo que promueve el pensamiento crítico, desarrolla habilidades en la toma de decisiones y resolución de problemas.</p> <p>(Arrobas, 2014)</p>	<p>Involucrar a los estudiantes en lecturas antes de la clase.</p> <p>Favorecer la interacción con los docentes mediante el esfuerzo de recuperación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aprendizaje cooperativo • Dialogo analítico • Revisión conjunta de tareas. • Revisión de pares 	<ul style="list-style-type: none"> • Fortalecer el pensamiento crítico. • Relaciones interpersonales y análisis de ideas. • Mejorar la calidad del trabajo. • Mejora progresiva de las tareas.

JUST IN TIME

Concepto	Objetivos	Materiales/Recursos	Finalidades
<p>Estrategia de enseñanza y aprendizaje basada en la interacción entre trabajo y estudio a través de la web y un aula de aprendizaje activo.</p> <p>(Arrobas, 2014)</p>	<p>Favorecer un circuito cerrado de retroalimentación entre la preparación del temario fuera de clase del alumno y el tiempo que dedica el docente a solucionar dudas</p>	<ul style="list-style-type: none">• Uso de Interrogantes• Organización del tiempo.• Trabajo en equipo• Retroalimentación	<ul style="list-style-type: none">• Retención de información específica.• Estructurar el tiempo fuera de clases.• Fortalece las relaciones interpersonales.• Permite recordar información obtenida en clases pasadas.

FICHAS NEMOTECNICAS

Concepto	Objetivos	Materiales/Recursos	Finalidad
<p>Son aquellas que sirven para anexar los aspectos más importantes del contenido de un libro, de una revista o de un artículo periodístico tales como: conceptos.</p> <p>(Romero, 2014)</p>	<p>Retener aspectos dentro de la fuente de información, que se utilizarán en el desarrollo del trabajo escrito y la investigación en general</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Material bibliográfico. • Lectura analítica. • Elaboración de Fichas nemotécnicas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de la lectura analítica. • Desarrollo de criterio propio y base para las fichas nemotécnicas. • Fortalecer el proceso de enseñanza y aprendizaje.

SEGUIMIENTO ACADÉMICO

Concepto	Objetivos	Materiales/Recursos	Finalidades
<p>Estrategia en la cual se proporcionarán los elementos teóricos para la sistematización de las acciones al interior del aula virtual con respecto al aprendizaje, seguimiento y atención a las necesidades académicas de los alumnos.</p> <p>(Hernández, 2021)</p>	<p>Evaluar los progresos de tus alumnos y realizar un seguimiento detallado de su evolución académica</p>	<ul style="list-style-type: none">• Evaluaciones• Banco de actividades• Tutorías académicas.• Tablas de evaluación de actividades.	<ul style="list-style-type: none">• Conocer el cumplimiento de los objetivos académicos.• Planificación de Actividades académicas.• Refuerzos académicos.• Conocer el cumplimiento de los objetivos académicos.

Anexo 6. Validación de instrumento VD: Rendimiento Académico.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA
UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR



Percepciones sobre el rendimiento académico.				
¿Considera que su rendimiento académico es mejor que al del resto de sus compañeros?				
¿Considera que la carrera que está cursando ha cumplido con sus expectativas?				



Firmado electrónicamente por:
**ROBERTO ENRIQUE
ALVARADO QUINTO**

09-07-2021

Fecha de Validación

Firma

Validador	Nombre: Lic. Roberto Alvarado Quinto, Mg.	Cédula: 1204039893	Celular: 0999951278
	Título/Especialidad: Master en Diseño Curricular y Evaluación Educativa		
	Institución en que labora: UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO	Función que desempeña: Docente de la carrera de Psicopedagogía	



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA
UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR



¿Considera que su rendimiento académico es mejor que al del resto de sus compañeros?	✓	✓	✓	
¿Considera que la carrera que está cursando ha cumplido con sus expectativas?	✓	✓	✓	



Firmado electrónicamente por:
**LENIN FABIAN
SALTOS
SALAZAR**

28 de julio de 2021

Fecha de Validación

Firma

Validador	Nombre: Ps.Ci. Lenn Fabián Saltos Salazar, Mg.	Cédula: 1802912848	Celular: 0992949079
	Título/Especialidad: Magister en Psicoanálisis con Mención en Educación		
	Institución en que labora: UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO	Función que desempeña: Docente de la carrera de Psicopedagogía	