

**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERÍA**

TEMA:

**Frecuencia de estrés en adolescentes del décimo año de
educación básica de la Unidad Educativa “Corazón de María”
de la ciudad de Guayaquil.**

AUTORA:

Franco Chamba Johanna Elizabeth

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de
LICENCIADAS EN ENFERMERÍA**

TUTORA:

Lcda. Muñoz Roca, Olga Argentina, Msc.

Guayaquil, Ecuador

02 mayo -2023



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERÍA

CERTIFICACIÓN

Certifico que el presente trabajo de titulación fue realizado en su totalidad por **Franco Chamba Johanna Elizabeth**, como requerimiento para la obtención del título de **LICENCIADA EN ENFERMERÍA**.

f. _____

LCDA. MUÑOZ ROCA, OLGA ARGENTINA, Msc.
TUTORA

f. _____

LCDA. MENDOZA VINCES, ÁNGELA OVILDA. MGS.
DIRECTORA DE LA CARRERA

Guayaquil, a los 02 días del mes de mayo del 2023



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERÍA

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, **Franco Chamba Johanna Elizabeth**

DECLARO QUE:

El Trabajo de Titulación: **Frecuencia de estrés en adolescentes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil**, previo a la obtención del título de **LICENCIADA DE ENFERMERÍA**, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Guayaquil, a los 02 días del mes de mayo del 2023

AUTORA



Trabajo de Titulación a cargo de:
**JOHANNA ELIZABETH
FRANCO CHAMBA**

f. _____

Franco Chamba Johanna Elizabeth



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERÍA

AUTORIZACIÓN

Yo, **Franco Chamba Johanna Elizabeth**

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil a la publicación en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación: **Frecuencia de estrés en adolescentes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil**, cuyo contenido, ideas y criterios es de mi exclusiva responsabilidad y total autoría.

Guayaquil, a los 02 días del mes de mayo del 2023

AUTORA



f. _____

Franco Chamba Johanna Elizabeth

REPORTE DE URKUND



URKUND

Documento [Tesis Johanna Franco 13 de Abril -- docx \(D165062046\)](#)

Presentado 2023-04-25 21:43 (-05:00)

Presentado por johanna.franco02@cu.ucsg.edu.ec

Recibido olga.muñoz.ucsg@analysis.orkund.com

Mensaje TESIS FRANCO CHAMBA JOHANNA [Mostrar el mensaje completo](#)

0% de estas 31 páginas, se componen de texto presente en 0 fuentes.

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS CARRERA DE ENFERMERÍA

TEMA: Frecuencia de estrés en adolescentes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa "Corazón de María" de la ciudad de Guayaquil.

AUTORA: Franco Chamba Johanna Elizabeth

Trabajo de

titulación previo a la obtención del título de LICENCIADAS EN ENFERMERÍA

TUTORA: Lcda. Muñoz Roca, Olga Argentina, Msc.

Guayaquil, Ecuador 2023

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS CARRERA DE ENFERMERÍA

CERTIFICACIÓN

Certifico que el presente trabajo de titulación fue realizado en su totalidad por Franco Chamba Johanna Elizabeth, como requerimiento para la obtención del título de LICENCIADA EN ENFERMERÍA.

Lic. Olga Muñoz Roca

AGRADECIMIENTO

Jehová me a bendecido con unos excelentes padres. En esta ocasión agradezco a mi padre incondicional, hemos batallado hasta los mínimos obstáculos, pero juntos y en la trayectoria de la universidad siempre me ha brindado su apoyo. Dicen que la bendición y el más grande tesoro de alguien es el hijo, pero ¿dar amor sin recibir nada? Ahora llego el momento de dedicar este logro a mi padre por todo que ha hecho por mí.

No obstante, la vida me premio y me permitió tener otro motivo para salir adelante y alguien en quien pensar al sentirme rendida. Mi hijo.

No está de más agradecer a las licenciadas que brindaron su apoyo y cariño, son personas admirables, dieron ese toque que uno como estudiante necesita, una licenciada que ame lo que hace y que maneje y manipule todo lo que se basa a enfermería para llegar a sus oyentes.

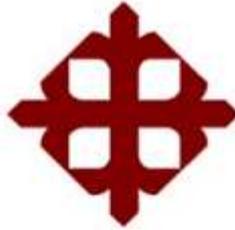
Johanna Elizabeth Franco Chamba

DEDICATORIA

Este trabajo significa fin de una meta e inicio de otro sueño por cumplir.

Se me es grato compartir mi esfuerzo y trabajo a mis padres, a mi hijo y a las personas que han estado y apoyado de manera indirecta.

Johanna Elizabeth Franco Chamba



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERÍA**

TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN

f. _____

LCDA. ÁNGELA OVILDA, MENDOZA VINCES, MGs.
DIRECTORA DE CARRERA

f. _____

LCDA. MARTHA LORENA, HOLGUÍN JIMÉNEZ, MGs.
COORDINADORA DEL AREA DE UNIDAD DE TITULACIÓN

f. _____

OPONENTE



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERÍA**

CALIFICACIÓN

ÍNDICE GENERAL

Contenido

RESUMEN	XIII
ABSTRACT	XIV
INTRODUCCIÓN	2
CAPÍTULO I	4
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	4
1.1. PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN	7
1.2. JUSTIFICACIÓN	8
1.3. OBJETIVOS	10
1.3.1. Objetivo General	10
1.3.2. Objetivos Específicos	10
CAPÍTULO II	11
2. FUNDAMENTACIÓN CONCEPTUAL	11
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	11
2.2. MARCO CONCEPTUAL	13
2.2.1. Estrés	13
2.2.2. Componentes del estrés	14
2.2.4. Estrés cotidiano	16
2.2.5. Estrés en la adolescencia	17
2.2.6. Ámbitos del estrés	19
2.2.7. Consecuencias del estrés en adolescentes	22
2.2.8. Inventario De Estrés Cotidiano	23
2.3. MARCO LEGAL	24
2.3.1. Constitución de la República del Ecuador	24
2.3.2. Código de la Niñez y Adolescencia	25
2.3.3. Plan Nacional de Desarrollo Toda una vida	26
CAPÍTULO III	28
3. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	28
3.1. Tipo de estudio	28
3.2. Población	28
3.3. Criterios de inclusión y exclusión	28

3.4. Procedimientos para la recolección de la información	28
3.5. Técnicas de Procedimiento y Análisis de datos	29
3.6. Procedimientos para garantizar aspectos éticos en las investigaciones con sujetos humano	29
3.7. VARIABLES GENERALES Y OPERACIONALIZACIÓN	29
4. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	30
5. DISCUSIÓN	35
6. CONCLUSIONES	37
7. RECOMENDACIONES	38
8. REFERENCIAS	39

ÍNDICE DE CUADROS

Tabla de frecuencia No. 1 Edad de los adolescentes	30
Tabla de frecuencia No. 2 Sexo de los adolescentes	30
Tabla de frecuencia No. 3 Procedencia de los adolescentes	31
Tabla de frecuencia No. 4 Familiar a cargo de los adolescentes.....	31
Tabla de frecuencia No. 5 Factor salud de los adolescentes en relación con el Inventario de Estrés Cotidiano	32
Tabla de frecuencia No. 6 Factor escolar de los adolescentes en relación con el Inventario de Estrés Cotidiano	32
Tabla de frecuencia No. 7 Factor familiar de los adolescentes en relación con el Inventario de Estrés Cotidiano	33
Tabla de frecuencia No. 8 Nivel de estrés de los adolescentes en relación con el Inventario de Estrés Cotidiano	33

RESUMEN

La adolescencia puede ser una etapa de estrés, debido a varios factores y que puede causar consecuencias negativas para la salud física como mental de los estudiantes. **Objetivo:** Determinar la frecuencia de estrés en adolescentes del décimo año de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil. **Metodología:** Descriptivo, cuantitativo, prospectivo, de corte transversal. **Población:** 40 adolescentes del décimo año de la Unidad Educativa “Corazón de María”. **Técnica:** encuesta **Instrumento:** Cuestionario de preguntas e Inventario de Estrés Cotidiano. **Resultados:** Con respecto a las características, en la edad, la frecuencia estuvo acentuada de 14 años Fr 24 (60%); en lo referente al sexo predomina el femenino Fr 21 (52%); asimismo predominan adolescentes de áreas urbanas Fr 30 (75%), concerniente el familiar a cargo, predominaron adolescentes que quedan a cargo de sus abuelos Fr 24 (60%); Al aplicar el Inventario de Estrés Cotidiano, se obtuvo un predominio de nivel bajo en cuanto al factor salud Fr 38 (95%), un nivel medio en cuanto al factor escolar Fr 26 (65%), de igual forma predominó en el factor familiar Fr 33 (82%). Así mismo, en cuanto al nivel de estrés en general, hay una mayor frecuencia de nivel medio Fr 27 (68%). **Conclusión:** Los resultados indican que los adolescentes presentan factores, como la salud, la escuela o la familia que inciden en el desarrollo del estrés, por lo que el fomento de mecanismos de afrontamiento, la atención y el apoyo puede ayudar a reducir o prevenir el estrés.

Palabras clave: Frecuencia, Estrés, Adolescentes, Factores, Educación.

ABSTRACT

Adolescence can be a stressful stage, due to various factors and that can cause negative consequences for the physical and mental health of students. **Objective:** To determine the frequency of stress in adolescents of the tenth year of the Educational Unit "Corazón de María" in the city of Guayaquil. **Methodology:** Descriptive, quantitative, prospective, cross-sectional. **Population:** 40 adolescents in the tenth year of the "Corazón de María" Educational Unit. **Technique:** Test; **Instrument:** Questionnaire of questions and Inventory of Daily Stress. **Results:** Regarding the characteristics, in age, the frequency was accentuated from 14 years Fr 24 (60%); in relation to sex, the female Fr 21 (52%) predominates; Likewise, adolescents from urban areas Fr 30 (75%) predominate, concerning the family in charge, adolescents who remain in charge of their grandparents Fr 24 (60%) predominated; When applying the Daily Stress Inventory, a low level predominance was obtained in terms of the health factor Fr 38 (95%), a medium level in terms of the school factor Fr 26 (65%), similarly predominated in the family factor Fr 33 (82%). Likewise, regarding the level of stress in general, there is a higher frequency of medium level Fr 27 (68%). **Conclusion:** The results indicate that adolescents have factors such as health, school or family that affect the development of stress, so the promotion of coping mechanisms, care and support can help reduce or prevent stress. stress.

Keywords: Frequency, Stress, Teenagers, Factors, Education.

INTRODUCCIÓN

El estrés adolescente se refiere a la tensión física, emocional y psicológica experimentada por las personas entre los 10 hasta los 19 años(1). Este estrés puede surgir de varias fuentes, incluidas las demandas académicas, la presión de los compañeros, los conflictos familiares, cambios físicos y expectativas sociales. La experiencia de estrés durante la adolescencia puede tener efectos tanto a corto como a largo plazo en la salud mental y física, lo que incluye ansiedad, depresión, abuso de sustancias y disminución del funcionamiento académico y social(2).

Según la Organización Mundial de la Salud(3), la adolescencia es una época de transiciones y cambios significativos, que para algunos adolescentes puede ser estresante, ya que atraviesan cambios físicos, emocionales y cognitivos difíciles. Según Jaramillo(4), la presión académica es una causa típica porque los adolescentes se sienten sobrecargados por las responsabilidades del trabajo escolar y pueden preocuparse por sus calificaciones, lo que puede generar sentimientos de ansiedad e inseguridad.

La presión para tener un buen desempeño académico, para encajar y adherirse a las normas sociales y el acoso entre pares, ya sea físico o verbal, son algunas de las principales razones del estrés escolar(5); Los adolescentes se sienten abrumados por los cambios que están atravesando debido a problemas familiares, que también incluyen dificultades financieras y problemas conyugales entre los padres(6).

Es así como se ve la naturaleza del tema en las instituciones educativas, donde se advierte que el estrés se manifiesta entre la interacción del entorno del sujeto, ya sea en el campo emocional o físico. De esta manera, la lucha personal del adolescente para hacer frente al ambiente escolar al no cumplir con las exigencias que le impone su ambiente

escolar, estará rodeada de indicadores de desesperación, inquietud e inquietud(7).

Si bien es cierto, el estrés escolar es un problema de salud pública, por lo tanto la aplicación del Inventario del Estrés Cotidiano, es una herramienta que permite medir los niveles de estrés diario en los adolescentes; por lo tanto, los resultados ayudará a que las autoridades de la institución tengan un enfoque multifacético que involucra la provisión de un ambiente de apoyo y el fomento de relaciones positivas, ayudando no solo a manejar el estrés, sino también a prosperar académica, social y emocionalmente(8).

El propósito del presente trabajo de investigación, se centró en determinar la frecuencia de estrés en adolescentes del décimo año de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil. Por lo tanto, la investigación fue de tipo descriptivo, transversal y prospectivo, para analizar a través del cuestionario de preguntas y el Inventario Cotidiano, los factores que intervienen y el estrés de estrés en los adolescentes en estudio.

CAPÍTULO I

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El problema de la presente investigación se centró en la frecuencia del estrés escolar en adolescentes del décimo año de educación básica. la frecuencia con la que se presenta este fenómeno psicológico, ya que repercute tanto en el aprendizaje de los alumnos como en el entorno social y familiar. El estrés escolar de está definido como una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual a los estímulos y eventos académicos. Se ha identificado variables incidentes como el género, la edad, la carrera, los mecanismos de afrontamiento y los efectos que tiene sobre el aprendizaje. Los estudios han demostrado que el cansancio crónico, la somnolencia, la inquietud, las sensaciones de depresión y ansiedad, la dificultad para concentrarse y el bloqueo mental son síntomas del estrés escolar(9).

Por otra parte, existen estudios señalan que entre las principales razones del estrés en la escuela se destaca, el tener problemas con los amigos, intimidación o presión de los compañeros. Participar en actividades sexuales o experimentar presión para hacerlo. Cambiar de escuela, reubicarse o abordar las dificultades de vivienda o falta de vivienda. tener ideas desfavorables sobre uno mismo)(10).

Algunos de los efectos del estrés escolar, además de los ya mencionados, son los siguientes, se puede destacar la incapacidad de adaptación del sistema Neuro-Endocrino-Inmunológico produce una serie de efectos que calificaremos como síntomas. Pueden dividirse en factores físicos y psicológicos(10).

Entre los síntomas físicos se pueden incluir aquellos relacionados con el sistema digestivo, respiratorio, neurológico (ansiedad, astenia), sexual, dermatológico, muscular, cardiovascular (HTA, taquicardia) e

inmunológico. Los síntomas psicológicos incluyen problemas de atención, memoria o sueño, así como resultados muy peligrosos como el suicidio. Temblores, falta de apetito, problemas sociales o irritación son algunos de los efectos más evidentes de esta mala adaptación(11).

De la misma forma, está demostrado que los estilos de vida de los adolescentes cambian en relación a los exámenes, bajando la calidad y cantidad de sus cuidados (alimentación, sueño e higiene personal). A través de ritmos desorganizados, rápidos y sobrecargados, dietas bajas en azúcar y altas en grasas que pueden, además del bloqueo del aporte energético al cerebro, reducir el rendimiento muscular y aumentar la fatiga, este desorden alimentario puede provocar una disminución en el rendimiento diario del adolescente(11).

Cabe destacar, de acuerdo a estudios realizados en países como China, el 78% de los adolescentes en todo el mundo reportan experimentar estrés. Lo interesante es que notan que, para la mayor parte de los adolescentes encuestados, el estresor está relacionado con su rendimiento académico. El bullying es frecuentemente citado como el factor estresante de mayor ocurrencia en países de habla inglesa como los Estados Unidos, donde la prevalencia de estrés es del 27,5%(11).

En todo caso, la Sociedad Española de Estudios sobre la Ansiedad y el Estrés en Madrid, refiere que existe un aumento de los niveles de estrés, identificándose como uno de los motivos recientes por los que los adolescentes acuden a consulta psicológica, siendo las cifras que aportan cercanas al 8% de la población y al 20% de los adolescentes. Además, se indica que el desarrollo de sustancias químicas relacionadas con el estrés, como la vasopresina y el cortisol, que causan problemas en el dominio del aprendizaje, significa que el cerebro adolescente no está equipado para manejar el estrés y el peso de demasiadas actividades en la edad adulta. conducta agresiva(12).

Al mismo tiempo en América Latina, en estudios realizados en México muestran que el porcentaje de estrés en adolescentes oscila entre 24.5% y 20%, refiriéndose a que afecta directamente la salud física y mental de los adolescentes y puede volverse grave o crónico en la edad adulta; como resultado, estas cifras muestran que afecta a 5 de cada 10 adolescentes mexicanos, señalando una explicación de conductas que se puedan presentar, tales como bajo rendimiento académico, ser agresor o víctima de conflictos con otros adolescentes en la escuela, problemas para controlar tu horario de sueño y la calidad del sueño, entre otras cosas, así como su estilo de crianza y la calidad de vida, todos los cuales están directamente relacionados con la presencia de estrés, situación que preocupa a muchos expertos(13).

En el Ecuador, se han llevado investigaciones en diferentes regiones, como es el caso de Ambato, donde en el 2020, se registró en una institución educativa, que el 94% de los adolescentes había presentado un nivel muy alto de violencia, por lo tanto el 40% reflejó un nivel de estrés alto y el 20% un nivel moderado de estrés(14). Otro estudio realizado en Santa Elena encontró que el 35% de los adolescentes tenían trastorno por déficit de atención. De los principales motivos de estrés académico en los adolescentes, el 48% apuntan a circunstancias estresantes de la vida cotidiana, mientras que el 35% apuntan al abuso psicológico(15).

El estudio se realizó en una unidad educativa particular de la ciudad de Guayaquil donde se aplicó una encuesta aprobada en otros estudios como es el "INVENTARIO DE ESTRÉS COTIDIANO" (IECI) a los adolescentes del décimo año de la Unidad Educativa "Corazón de María" de la ciudad de Guayaquil.

1.1. PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

- ¿Cuál es la frecuencia de adolescentes que presentan estrés en el décimo año de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil?
- ¿Cuáles son las características sociodemográficas de los adolescentes del décimo año de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil?
- ¿Cuáles son los factores que intervienen en el estrés de los adolescentes del décimo año de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil?
- ¿Cuánto es el nivel de estrés de los adolescentes del décimo año de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil?

1.2. JUSTIFICACIÓN

El desarrollo del presente trabajo es motivado por la ausencia de investigaciones a nivel nacional y regional sobre el estrés académico en los adolescentes, problema que afecta a la calidad de vida del adolescente y su rendimiento académico. El desconocimiento de las consecuencias e impactos que derivan del estrés en adolescentes contribuirá en el incremento de las dificultades del aprendizaje y en las alteraciones del comportamiento que afectarán el área emocional, social y cognitiva. Si el problema no es identificado ni abordado de manera adecuada y oportuna sus consecuencias serán imprevisibles durante toda su vida. Es por ello que consideramos pertinente la elaboración del presente trabajo con la finalidad de determinar la frecuencia del estrés en una unidad educativa de la ciudad de Guayaquil.

Para esta investigación es necesario tener una idea de lo que es el Estrés Académico, para ello se considera lo que indica Barraza(16), que el estrés académico es un tipo de estrés psicológico que experimentan los estudiantes debido a la presión y demandas del entorno académico. El estrés académico puede afectar negativamente el rendimiento académico y la salud física y mental de los estudiantes.

Según esta definición en el desarrollo de este tema se puede observar cómo se correlaciona estas características con los datos obtenidos y presentados en el resultado de las encuestas realizadas en la “Unidad Educativa Corazón De María”. Estos hallazgos proporcionarán datos que pueden usarse como guía para futuras investigaciones sobre adolescentes similares. Además, será accesible a la sociedad, profesionales y estudiantes interesados en el estudio de la frecuencia del estrés, sirviendo de referencia para posteriores investigaciones que se centren y apoyen los hallazgos.

Es interesante como las observaciones realizadas concuerdan con el trabajo presentado Vargas(17) que describe lo recogido en el campo de estudio de esta investigación, sobre que el adolescente puede pasar por trastornos de la conducta alimentaria, como la anorexia nerviosa y la bulimia nerviosa, suelen aparecer durante la adolescencia y la juventud, También el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH), caracterizado por la dificultad para prestar atención, un exceso de actividad y comportamientos en los que no se tienen en cuenta las consecuencias.

Un problema de suma importancia porque se puede llegar a consecuencias o daños irreparables como un suicidio, el suicidio es la cuarta causa de muerte entre los adolescentes mayores (15 a 19 años). Entre el suicidio también hay factores diversos como abuso del alcohol, malos tratos en la infancia, estigmatización a la hora de buscar ayuda, obstáculos que impiden recibir atención y el disponer de medios para suicidarse(17).

Los principales beneficiarios de este estudio son los adolescentes de una Unidad Educativa. Se trata que con los datos obtenidos de este trabajo se proporcione información para la población en general y motivar a la sociedad para que reflexione sobre las practicas de crianzas, la exposición de eventos estresantes y lo efectos que pueden representar, así como también prestar más atención al desarrollo emocional , físico y cognitivo de los adolescentes en nuestro país.

1.3. OBJETIVOS

1.3.1. Objetivo General.

Determinar la frecuencia de estrés en adolescentes del décimo año de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil.

1.3.2. Objetivos Específicos.

- Caracterizar sociodemográficamente a los adolescentes con estrés del décimo año de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil.
- Establecer los factores que intervienen en el estrés de adolescentes del décimo año de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil.
- Identificar el nivel de estrés a través del Inventario de Estrés Cotidiano en adolescentes del décimo año de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil.

CAPÍTULO II

2. FUNDAMENTACIÓN CONCEPTUAL

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.

En el artículo escrito por Calderón y Siles(18)en 2022, para examinar aquellas áreas y factores que influyen en los niveles de estrés de los adolescentes. Estudio cuantitativo en que se aplica una escala de estrés a 130 estudiante. Señalan que el 58% mostró un alto nivel de estrés, lo que afectó al 86% de las niñas, el 76% mostró un bajo nivel de estrés basado en el entorno familiar, el 82% basado en el ámbito social y el 47% un nivel que era promedio basado en el campo académico. Se obtienen datos que, en la mayoría de los casos, indican la presencia de altos niveles de estrés; sin embargo, la significación en puntajes altos solo se demuestra para el dominio académico y el componente cognitivo, lo que indica que los adolescentes están frecuentemente expuestos a situaciones que los hacen sentir estresados, ya sea en mayor o menor grado.

De manera similar, el estudio de Martínez y Suárez(19), que tuvo por propósito examinar las variaciones y el poder predictivo de tres grupos de desempeño para examinar las relaciones entre el estrés diario, estudio transversal, enfocado en 535 estudiantes, en quienes se aplicó el Inventario de Estrés Diario. Además de las categorías salud (42%), escuela (52%) y familia (62%), los hallazgos indican que todas las variables relacionadas con el aprendizaje y el rendimiento académico se correlacionan positiva y significativamente. Finaliza destacando la necesidad de intervenciones en técnicas de autorregulación del aprendizaje que actúen como estrategia preventiva y el desarrollo de mecanismos de afrontamiento en circunstancias exigentes tanto dentro como fuera del entorno educativo.

Así mismo, en artículo publicado por Lucio(20) en el 2019, para conocer la conexión entre el estrés diario y los mecanismos de afrontamiento. Estudio no experimental, transaccional, correlacional, enfocado en 121 estudiantes. De estos, el 51,2% son adolescentes entre 15 y 17 años, en quienes se aplicó el Inventario de Estrés Diario y la Escala de Afrontamiento fueron las pruebas que se utilizaron. Los resultados indican una conexión entre el estrés diario y los mecanismos de afrontamiento, incluida la solución activa (21 %), el afrontamiento ineficaz (33 %), la reserva del problema (21 %) y la evitación cognitiva (25 %). También se cubre la relación entre el estrés diario y los mecanismos de afrontamiento.

Mientras que Cabrera(21) realizó un estudio en 2018 que buscaba comprender la conexión entre el estrés cotidiano y el rendimiento académico en estudiantes adolescentes. Estudio descriptivo y correlativo, enfocado en 86 estudiantes. Entre los hallazgos, destaca que el 53,49 % de los niños tenía un nivel de estrés diario constante, el 50% tenía problemas físicos o psicosomáticos, el 68 % experimentaba estrés en la escuela y el 55,81 % experimentaba estrés en el hogar. Los hallazgos permiten concluir que el estrés diario está significativamente ($r=-0,749$) e indirectamente ($r=-0,749$) relacionado con el rendimiento académico de los niños de quinto y sexto grado de primaria.

Se puede adicionar que en un estudio desarrollado por Noriega(22) para determinar mediante el Inventario de Estrés Cotidiano (IECI) las características psicométricas de los estudiantes. Investigación transversal, cuantitativa y psicométrica en 591 estudiantes. En cuanto a los hallazgos, se puede observar que la mayoría de los ítems obtuvieron una correlación parcial por análisis factorial confirmatorio, y que la validez de contenido fue establecida a través del criterio de los jueces por V de Aiken. Finalmente, se alcanzó un valor de .700 basado en la confiabilidad a través del KR-20; el coeficiente alfa de Cronbach es .659 y el coeficiente Omega de McDonald es .725, por lo que estos análisis producen resultados distinguibles; como resultado, es un nivel confiable.

2.2. MARCO CONCEPTUAL.

2.2.1. Estrés

El estrés desde una perspectiva adulta, se define como la situación amenazante o desafiante entre el vínculo de la persona y los diferentes contextos de su vida diaria, los cuales pueden resultar adversos ante las demandas de su medio ambiente, perjudicando de manera progresiva su tranquilidad. Sin embargo, en el estudio a adolescentes el estrés se presenta como un desafío a diario, que dificultan su bienestar, la cual puede variar en sus estados emocionales, y somáticos. Esto puede generar un choque perjudicial en su crecimiento y desarrollo tanto en los campos de la salud, escuela y familia(23).

En otras palabras, el estrés es un concepto organizador de diversas variables y procesos que buscan la adaptación pero que se ven desbordados por las situaciones y la valoración que el sujeto hace de ellas, es provocado por hechos o situaciones reales. Como resultado de la apreciación cognitiva que se le da al acontecimiento, el estrés es una forma que el ser humano expresa en reacción a las exigencias que experimenta en su cotidiano existir(23).

En todo caso, el estrés siempre estará presente ya que las personas están continuamente pasando por cambios que les obligan a modificar sus roles, en ocasiones, adaptarse a nuevas situaciones. Todo el mundo experimenta estrés de forma regular, incluso puede ser beneficioso porque puede inspirar a las personas a trabajar más duro y ser más productivas. La mente y el cuerpo, sin embargo, pueden verse afectados por el estrés excesivo o por una fuerte reacción a él con el tiempo(24).

Desde esta perspectiva, se interpreta como todo lo relacionado con condiciones o hechos externos que son peligrosos, amenazantes, poco claros o, dicho de otro modo, que pueden afectar la salud e integridad

física o psíquica de una persona. Los estresores son estas circunstancias, sucesos o estímulos ambientales, es decir situaciones, ocurrencias o eventos como las principales causas de estrés en los seres humanos; este se enfoca en el ambiente en el que la persona se desenvuelve, o en un factor externo que puede contribuir al estrés(24).

No cabe duda, que la mente reacciona ante el estrés alterando las percepciones, la información, los recuerdos, las emociones, las defensas, los mecanismos de afrontamiento, las actitudes y la autoestima, así como las conductas y los síntomas. A través de estas reacciones, la persona puede percibir el estresor y determinar si tiene una connotación positiva o negativa. Esto permite prever cómo el cuerpo siempre reaccionará a los estímulos productores de estrés de una forma u otra, lo que lleva a la producción de comportamientos y manifestaciones que pueden terminar siendo desproporcionadas para la estabilidad o el equilibrio(25).

2.2.2. Componentes del estrés

Componente cognitivo.- Los aspectos cognitivos, que también son mediadores de la respuesta, determinan la importancia del estrés y sus efectos más que los fisiológicos, conductuales, etc. Por lo tanto, la importancia que se otorga a la circunstancia estresora, así como la cantidad de estrés que pueda crear dependerá de cómo se mire. Por lo tanto, es un componente donde se inicia el estrés y es el resultado de las ideas cognitivas que el individuo tiene sobre el incidente que ocurre, que es donde el estrés encuentra su justificación(26).

Componente afectivo (emocional).- Al experimentar circunstancias estresantes, las emociones se originan en respuesta a lo que está ocurriendo; como estas emociones son el resultado de la impresión creada por tal eventualidad, pueden variar y cambiar dependiendo de cómo se desarrolle el evento. Se forma una reacción emocional extrema ante un evento estresante y a través de la mediación cognitiva, en la que

se despliegan numerosas emociones que se entremezclan y en ocasiones incluso parecen contradictorias entre sí. Debido a cómo los percibe el individuo, el estímulo estresante no solo reflejará o desencadenará una emoción, sino también varias otras(27).

Cabe destacar que a nivel emocional existen diferentes formas para responder hacia cierta situación estresante, debido a que estas son producto de la impresión que tiene una persona sobre el incidente, por lo tanto, no todos reaccionan de la misma manera. Así mismo, es posible que estos sentimientos puedan ser conectados e intercambiados de un momento a otro de forma natural, dependiendo de la interpretación que se le esté dando al evento vivido a lo largo del tiempo(27).

Componente fisiológico.- Este componente se ocupa de las manifestaciones físicas que resultan de la identificación de situaciones potencialmente peligrosas. Es la reacción que la persona experimenta más directamente; en el organismo se producen varios tipos de alteraciones. A través del hipotálamo, las glándulas simpáticas (activadoras) y suprarrenales, se activa el sistema nervioso autónomo(28).

Esta activación se manifiesta en:

- El aumento de la presión arterial, la frecuencia cardíaca, la liberación de adrenalina, norepinefrina y dopamina, la hormona tiroidea, la hormona del crecimiento y la corticotropina, así como la dilatación bronquial y la vasodilatación muscular, son signos de esta activación. En otras palabras, se activan los procesos de preparación para el ataque del organismo.
- una reducción de la actividad intestinal, la secreción de insulina y la vasodilatación cutánea; disminución de las defensas inmunológicas; o sea, los procesos fisiológicos que favorecen la parálisis y la huida como una forma de defensa(29).

Componente conductual.- El estrés se refleja plenamente en el organismo, y el comportamiento es uno de esos componentes que intervienen cuando esto ocurre; se crea una amplia gama de comportamientos como respuesta al estrés, y estos a menudo coinciden con las muchas etapas del proceso. En las etapas iniciales, se presentan conductas de descarga de tensión, tales como el insomnio, la agitación, el no poder estar quietos, cambios continuos de actividad, no culminan actividades o en ocasiones no pueden iniciarlas, absoluta inactividad, como una especie de inmovilización(30).

Probablemente, los cambios de comportamiento están involucrados tan pronto como una situación que se percibe como estresante; esto puede resultar en momentos de inadaptación en los que uno se comporta de maneras que no son típicas para el individuo. Es probable que las reacciones de comportamiento sean bastante complejas y, por lo general, aparecen durante las tres fases del estrés. Además, hay cambios de comportamiento, como respuestas raras y la aparición de tics, o actitudes que no son propias de la persona. Es posible que se materialicen pensamientos y esfuerzos suicidas. Esto hace mención a cómo el estrés hace que las personas presenten un desequilibrio en sus zonas de confort, cambiando su comportamiento en respuesta a la fase de crisis antes de regresar a su vida normal más tarde(31).

2.2.4. Estrés cotidiano

Habitualmente, se refiere a las expectativas que las personas deben cumplir a diario, sin tener que ser eventos extraordinarios, al menos aquellos necesarios para hacer diariamente. Las demandas frustrantes e irritantes que surgen en las interacciones diarias con el entorno se denominan estrés cotidiano. Estos problemas, miedos y contratiempos son eventos frecuentes, de baja intensidad y altamente predecibles que pueden afectar la salud emocional y física de una persona(32).

No cabe duda, que este tipo de estrés afecta a las pequeñas tareas cotidianas que surgen junto con el entorno en el que se encuentra inmersa la persona; éstos dependerán principalmente de la impresión que se tenga de estos pequeños problemas cotidianos y de cómo reaccione la persona ante ellos. La mayoría de estos sucesos cotidianos son causados por problemas continuos o recurrentes en nuestra vida, algunos de los cuales parecen ser pequeñas irritaciones o desafíos triviales(32).

Como se puede observar, el estrés de las experiencias cotidianas también provoca condiciones de salud, siendo las reacciones fisiológicas una de las manifestaciones que se presentan con mayor frecuencia. Como se puede apreciar, aquellos pequeños eventos que prevalecen con frecuencia son entidades generadoras de estrés por la constancia en que ocurren. Los altos niveles de estrés diario se asocian con una mayor incidencia de síntomas fisiológicos, que incluyen falta de apetito, malestar estomacal, además de cambios en el patrón sueño (como insomnio, dolores de cabeza, fatiga, rigidez muscular y sensación de ahogo(33).

Por lo tanto, estos cambios en el organismo pueden ser sentidos como resultado de ocurrencias cotidianas en cualquiera de los dominios en los que una persona actúa, que luego se categorizan como síntomas de preocupación y molestia que interfieren con el funcionamiento normal del individuo(33).

2.2.5. Estrés en la adolescencia

No obstante, el estrés puede ocurrir en cualquier momento del ciclo de vida porque es común que las personas experimenten niveles variables de estrés desde la adolescencia hasta la edad adulta, debido a eventos que son vistos como amenazantes y preocupantes(34). Por lo tanto, resulta trascendental qué se entiende por estrés en la adolescencia, las reacciones mentales, físicas y conductuales ante condiciones estresantes denominadas estresores que se producen en el ambiente donde se

desarrolla. A la luz de lo anterior, es evidente que los adolescentes exhiben los mismos tipos de respuestas a los eventos estresantes que los adultos, pero se destaca que las reacciones conductuales pueden cambiar según la edad, el nivel de desarrollo y la capacidad cognitiva del individuo(35).

Desarrollo asociado a la edad

Aunque se habla de estrés en la adolescencia, no puede ignorarse al aspecto del desarrollo, particularmente el comienzo del año escolar porque es el momento en que el adolescente se expone a sus primeras condiciones desafiantes y debe aprender a manejarlas. Los adolescentes van cambiando y creciendo a lo largo de sus vidas. Inevitablemente enfrentarán dificultades en este momento, lo que en ocasiones podría convertirse en situaciones estresantes y una barrera para el procedimiento regular(36).

Con base en lo señalado, se puede suponer que a medida que madura con el tiempo, las tareas que debe realizar también crecen en complejidad. A pesar de que estas responsabilidades pueden parecer difíciles al principio, a medida que avanzan hacia diferentes niveles de madurez, sus perspectivas sobre los acontecimientos cambiarán. El avance mejora, la comprensión de las circunstancias y toma en cuenta varios puntos de vista, superando la visión egocéntrica y permitiendo una comprensión más imparcial de los temas desafiantes. Los adolescentes pueden tener perspectivas no desarrolladas que son directas, vergonzosas, mágicas, etc. La edad y el crecimiento que la acompaña, entonces, son un componente que afecta qué tan bien alguien puede comprender y manejar una circunstancia difícil(37).

Lo expuesto, sugiere que a medida que la adolescencia avanza a través de las diversas etapas evolutivas, fortalece su desarrollo y lo equipa para enfrentar situaciones estresantes en el futuro que podrían afectar el desempeño del adolescente. Esto permite concluir que el manejo del

estrés es más fácil a medida que las personas envejecen. Esto puede deberse al desarrollo integral que se da con la edad; los adolescentes tienen más opciones de afrontamiento porque, además de tener habilidades cognitivas más desarrolladas que indican una mayor flexibilidad y certeza en la interpretación de problemas, también tienen una mejor regulación emocional que evita que las emociones impidan el uso de mecanismos de afrontamiento efectivos. Tienen una gama más amplia de opciones disponibles para lidiar con el estrés, ya que conocen mejor los métodos y los usos sociales(38).

Esto hace posible ver cómo se lleva a cabo el desarrollo de manera holística a lo largo del ciclo de vida y qué tan temprano se desarrollan los mecanismos de afrontamiento para superar los factores estresantes. Estos mecanismos de afrontamiento continuarán desarrollándose a medida que el individuo crezca y adquiera experiencia. En algunas circunstancias, la etapa de desarrollo será importante ya que los efectos de un evento sobre ella pueden depender de la etapa evolutiva en la que se encuentre y pueden tener efectos positivos, negativos o ningún efecto(38).

2.2.6. Ámbitos del estrés

Cabe decir que existen situaciones en la adolescencia que provocan eventos estresantes; como resultado, es crucial comprender los contextos en los que ocurren tales eventos. A la luz de esto, a continuación, se mencionan tres contextos, cada uno de los cuales se detalla a continuación:

Ámbito familiar

De hecho, dado que la familia suele jugar un papel importante en la vida y desarrollo del adolescente, existen ciertas situaciones dadas dentro de este núcleo, que pueden resultar estresantes. Algunos ejemplos de estos eventos son el nacimiento de un hermano, las discusiones con los padres,

el fallecimiento o terrible enfermedad de los abuelos, la muerte de un amigo de la familia, o el cambio de residencia(39).

Estos hechos son detonadores de cambios porque implican un cambio en el entorno familiar, lo que genera estrés. Tales como las dificultades económicas, ausencia de los padres, falta de supervisión, estilos educativos de crianza, padres muy permisivos o autoritarios y la sobreprotección. Por eso, es importante prestar atención a los eventos y dinámicas interpersonales que ocurren en cada hogar, ya que tienen el potencial de perturbar a los jóvenes(40).

En igual forma, la familia ofrece una amplia gama de funciones diversas que abordan todos los requisitos de desarrollo. Se conoce que un ambiente familiar que nutre, ofrece apoyo y recursos para su desarrollo, junto con un ambiente con un bajo nivel de estresores, son necesarios para un crecimiento saludable. Lo anterior hace referencia a la importancia del entorno familiar como factor clave en el sano desarrollo. Esto se debe a que este contexto ofrece seguridad y afecto, lo que apoya un desarrollo óptimo al exponer a los adolescentes a situaciones desafiantes como el estrés(41).

Ámbito escolar

De manera similar, el sistema educativo es uno de los entornos en los que los adolescentes pasan mucho tiempo, convirtiéndose eventualmente en una parte crucial de sus vidas. Como resultado, los eventos que ocurren a su alrededor pueden ocasionalmente causar que la persona experimente ciertos niveles de estrés. Los cambios de escuela, de ciclo, la repetición de curso, el cambio de docente, el aumento de la carga horaria, las suspensiones en tres o más tareas son algunos de los resultados que pueden generar estrés en el aula(42).

Como se puede visualizar, todos estos detalles pueden ser percibidos por los adolescentes como situaciones donde se requiere que se ajusten a

nuevos cambios, poniendo a prueba su capacidad para lidiar con tales situaciones. La escuela es un estresor significativo en términos de competencia, no solo en términos de calificaciones sino también en términos de rivalidades entre compañeros, participación en clase, finalización de exámenes, desarrollo de tareas, aceptación del grupo, miedo al fracaso y decepciones a los padres(43).

Los exámenes, las exhibiciones, el olvidarse de terminar una tarea, el acoso por parte de los compañeros, las tareas acumuladas, el cambio de salón, el llegar tarde a clase y el bajo rendimiento académico son fuentes de estrés en el ambiente educativo. Como resultado, es claro que esta zona ejerce ciertas presiones en los adolescentes que funcionan como desencadenantes del estrés, ya que estas experiencias ocurren todos los días durante el año escolar(43).

Ámbito social

Como se ha venido diciendo, durante la adolescencia existen diferentes situaciones que pueden generar niveles específicos de estrés; como es el caso del entorno social, el cual se expande y es cuando se presentan demandas de desarrollo social son cada vez más apremiantes en este momento. Por ejemplo, perderse en la calle, verse obligado a vender algo, mudarse de su vecindario actual y dejar atrás a sus amigos por otros que desconoce cómo lo recibirán, hablar en público, visitar al dentista o ir al hospital, entre(44).

Como se puede visualizar, a pesar de no querer, los adolescentes deben lidiar con algunas de estas situaciones debido al entorno en el que se encuentran, lo que genera estrés en sus vidas. Sin embargo, en este escenario predominan otros incidentes más relacionados con la vida cotidiana de los adolescentes, como la pérdida de un amigo, el rechazo de los compañeros, la incorporación a un grupo, el inicio de actividades deportivas o de alfabetización y el inicio de relaciones con adolescentes(45).

En igual forma, los adolescentes pueden presentar signos de estrés debido a dificultades en las relaciones con los pares, como peleas, situaciones de burla o acoso, competitividad y envidia por los logros académicos. Cada una de estas situaciones novedosas tiene el potencial de ser intimidante y difícil para el individuo, por lo que es comprensible y aceptable que se sienta ansioso, ya que necesita ajustarse y desarrollar mecanismos de afrontamiento para superarlas y seguir adelante(45).

Es de gran importancia considerar que los adolescentes tienen dificultades para cumplir con las demandas del día a día de la escuela y el hogar, lo que puede generar desequilibrios psicológicos, afectivos y cognitivos en ellos. Esto se debe a una variedad de factores, incluyendo la relación con sus padres, el contexto social en el que se encuentran, el tipo de educación que están recibiendo y otras situaciones(46).

En síntesis, existe una amplia gama de factores que inciden en los entornos en los que se desenvuelve el adolescente, pero las exigencias académicas diarias a las que se enfrenta, así como las de su familia y su entorno, explican el mayor número de estos factores. Esto provoca cambios en el organismo que conducen al estrés, lo que a su vez crea dificultades para el desarrollo y bienestar integral de la persona cuando estos superan los recursos que tiene para afrontarlos o cumplirlos(46).

2.2.7. Consecuencias del estrés en adolescentes

Habitualmente, el estrés produce una serie de síntomas que repercuten en la salud emocional, cognitiva y física de los adolescentes, lo que repercute en su equilibrio homeostático. La siguiente es una lista de cada uno de estos síntomas:

- Síntomas físicos: Estos pueden incluir disminución del apetito, dolores de cabeza, orinar en la cama, pesadillas o cambios en los patrones de sueño y malestar esofágico.

- Síntomas emocionales o de comportamiento: ansiedad excesiva, preocupación, dificultad para relajarse, miedos nuevos o recurrentes, incapacidad para controlar las propias emociones, comportamiento irritable o incluso agresivo, retorno a etapas anteriores de desarrollo y evitación de actividades familiares o adolescentes.
- Síntomas cognitivos: disminución de la concentración y la memoria, pérdida de confianza en sí mismos y de conciencia de lo que les rodea, dificultad para tomar decisiones y pensamientos catastróficos y de pérdida de control.

Sin duda alguna, los adolescentes pueden exhibir una variedad de síntomas como resultado del estrés, y estos síntomas afectan no solo su salud sino también su desempeño en cada uno de los entornos en los que están involucrados. Además, es importante tener en cuenta que no todos los adolescentes pueden sentir estrés de la misma manera, por lo que las manifestaciones de estrés pueden diferir de un menor a otro(47).

Por otro lado, Es crucial enfatizar que los adultos pueden no reconocer la tensión que experimentan los adolescentes porque con frecuencia no expresan sus emociones. Sin embargo, los signos de estrés permiten ver las modificaciones que se producen en el comportamiento y el organismo de los adolescentes, facilitando que los padres reconozcan lo que sucede en la vida de sus hijos y alumnos(47).

2.2.8. Inventario De Estrés Cotidiano

Creado por Trianes, Fernández, Baena, Escobar y Maldonado, este inventario mide los estímulos estresantes en términos de respuestas psicofisiológicas, emocionales y cognitivas o conductuales, que se emiten en la adolescencia al entrar en contacto con los mencionados estresores. El instrumento es fácil de usar y solo lleva unos minutos completarlo. Al final, se obtienen puntuaciones de los campos de la salud, la familia y la psicosomática, así como una puntuación total de Estrés Diario(48).

Fundamentalmente, este inventario está conformado por tres dimensiones, el primero es el ámbito de la salud, abarcando las visitas frecuentes al médico, expresar estados de ánimo negativos y mostrar malestar con su salud; el segundo es el ámbito escolar, que se centra en las bajas calificaciones y los bajos recursos de afrontamiento para aspectos amenazantes; el tercero se centra en el ámbito familiar, abarca la evidencia de baja convivencia familiar, dificultad para pedir ayuda y desaprobación de las actitudes de su familia(48).

Cabe señalar que está conformado por 22 preguntas. Referente al ámbito de salud, está representado en las preguntas 1,4,7,10,13,16,19,22; el ámbito escolar se representa en las preguntas 2,5,8,11,14,17,20; finalmente el ámbito familiar, se conforma de las preguntas 3,6,9,12,15,18,21. Este inventario es por tanto, una herramienta para la detección del estrés que puede ser utilizada para realizar intervenciones preventivas y terapéuticas en las escuelas. y clínicas, así como estudios de investigación sobre la prevalencia y los efectos del estrés diario en adolescentes(48).

2.3. MARCO LEGAL

2.3.1. Constitución de la República del Ecuador

En esta carta constitucional, se describe dentro del artículo 32, que debe el Estado garantizar que las personas tengan derecho a la salud, correlacionándose con otros derechos, como el derecho a la alimentación, al agua, a la educación, a la cultura física, al trabajo, a la seguridad social, y otros que sustentan el buen vivir. Por otra parte, defenderá a través de políticas económicas, sociales, culturales, educativas y ambientales, así como mediante el acceso continuo y oportuno a iniciativas, programas y servicios que promuevan y aborden todos los aspectos de la salud física, sexual y reproductiva. Los servicios deben regirse en principios como la

bioética, calidad, universalidad, solidaridad, interculturalidad, eficiencia, eficacia y precaución(49).

En el artículo 358 expresa que el desarrollo, protección y restauración de las capacidades y potencialidades para una vida sana y completa, tanto individual como colectivamente, serán fines del sistema nacional de salud, que reconocerá también la diversidad social y cultural. El sistema se guiará por los principios generales de inclusión nacional y justicia social, así como por los de bioética, suficiencia e interculturalidad con enfoque de género y generacional(49).

Así mismo, en el artículo siguiente, el 359, señala que el sistema nacional de salud incluirá instituciones, programas, políticas, recursos, acciones y actores en el campo de la salud; también abarcará todas las facetas del derecho a la salud; velará por la promoción, prevención, recuperación y rehabilitación en todos los niveles; y fomentará el compromiso cívico y el control social(49).

2.3.2. Código de la Niñez y Adolescencia

En este código, se estipula dentro de su artículo 1, que establece la amplia protección que el Estado, la sociedad y la familia deben brindar a todos los niños, niñas y adolescentes que viven en el Ecuador para que puedan desarrollarse integralmente y ejercer todos sus derechos en un ambiente que valore la libertad, la dignidad y la equidad. Teniendo en cuenta la doctrina de la protección y el interés superior de los niños, niñas y adolescentes, regula la forma en que los niños, niñas y adolescentes pueden disfrutar y ejercer sus derechos, obligaciones y responsabilidades, así como los medios para asegurar su protección integral(50).

Dentro del artículo 2, se menciona sobre los sujetos protegidos, describiéndose que Todos los seres humanos, desde la concepción hasta

que cumplen los 18 años, están sujetos a las normas de este Código. Por excepción, ampara a quienes hayan alcanzado esa edad en las situaciones que expresamente contempla este Código(50).

Así mismo este código, menciona el derecho a la salud, en su artículo 27, detallándose que bienestar físico, mental, psicológico y sexual es algo a lo que todos los niños y adolescentes tienen derecho. Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a un medio ambiente sano, a una alimentación adecuada y al acceso irrestricto a las iniciativas y programas de salud pública(50).

Además, los adolescentes con necesidades médicas tienen acceso gratuito a medicamentos. Los servicios médicos de emergencia tanto públicos como privados también están disponibles de manera inmediata y efectiva. Conocer el estado de salud actual del adolescente de acuerdo a su etapa evolutiva, así como los fundamentos de primeros auxilios, saneamiento ambiental y prevención de la salud(50).

Deben tener acceso a servicios que fortalezcan el vínculo afectivo entre el adolescente y su madre y padre, así como el derecho de las madres a recibir una adecuada atención en salud prenatal y posnatal. También tienen derecho a vivir y desarrollarse en un ambiente estable y afectivo que les permita un adecuado desarrollo afectivo(50).

2.3.3. Plan Nacional de Desarrollo Toda una vida

Dentro de este plan, el mejorar la calidad de vida de la población es el enfoque del Objetivo 3. Llama la atención sobre otro objetivo, que corresponde y se describe en el texto, afirmando que con este objetivo se buscan condiciones para una vida plena y saludable de todas las personas, familias y comunidades, respetando su diversidad, y que la capacidad pública y social es fortalecidos para lograr un enfoque

equilibrado, duradero e innovador de las necesidades de los ciudadanos(51).

A través de la promoción, prevención y atención, es necesario establecer las condiciones que permitan a las personas y comunidades satisfacer sus necesidades físicas, psicológicas, sociales y ecológicas. Además, la mejora de la calidad de vida es un proceso multifacético que estará determinado por los aspectos relacionados con el derecho a la salud y en el reconocimiento de la importancia de su acción para que ese derecho sea cumplido(51).

En la Política 3.2 se recomienda la expansión de los servicios preventivos y de promoción de la salud para mejorar las condiciones de vida y las opciones de estilo de vida de las personas. Para prevenir los riesgos a lo largo del ciclo de vida, se recomienda diseñar e implementar mecanismos integrales de promoción de la salud que pongan especial énfasis en los determinantes sociales de la salud. Además, se aconseja promover la educación para la salud como método principal para lograr el autocuidado y la modificación de conductas hacia hábitos de vida saludables(51).

CAPÍTULO III

3. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de estudio

Nivel: Descriptivo, permitió describir las características de los adolescentes como el grupo de edad de los adolescentes.

Método: Cuantitativo, porque se conoció la frecuencia de los adolescentes que presenten estrés escolar.

Diseño:

Según el tiempo: Prospectivo, la encuesta fue aplicada con el permiso de la directora de la Unidad Educativa “Corazón de María”.

Según la naturaleza: Corte transversal, la encuesta fue aplicada por una sola vez y de esta manera permitió cumplir con los objetivos propuestos

3.2. Población

Estuvo conformado por 40 adolescentes matriculados en el décimo año de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil. Al ser reducido el universo no hubo muestra.

3.3. Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

- Adolescentes del décimo año de educación básica.
- Hombres y mujeres.
- Adolescentes que tengan el consentimiento aprobado por sus padres para ser considerados en el estudio.

Criterios de exclusión

- Adolescentes <14o16> años

3.4. Procedimientos para la recolección de la información

Técnica: Encuesta

Instrumento: Cuestionario de preguntas aplicado a adolescentes de 14 a 16 años de edad e Inventario de Estrés Cotidiano(48).

3.5. Técnicas de Procedimiento y Análisis de datos

Elaboración de tablas por medio de Excel. Para el análisis se consideró el marco conceptual en relación a los resultados obtenidos a través de la información recabada. Se determinó la frecuencia absoluta, relativa y acumulada

3.6. Procedimientos para garantizar aspectos éticos en las investigaciones con sujetos humano

Se utilizó el consentimiento informado para salvaguardar los datos recolectados.

3.7. VARIABLES GENERALES Y OPERACIONALIZACIÓN

Variable general: Frecuencia del estrés en los adolescentes

DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA
Características sociodemográficas	Edad	14 años 15 años 16 años
	Sexo	Masculino Femenino
	Procedencia	Urbana Rural
	Familiar a cargo	Abuelos Padres Tíos Otros
Factores presentes dentro del test de Inventario cotidiano	Salud	Si no
	Colegio	Si no
	Familia	Si no

Nivel de estrés	Alto	+ 9 puntos
	Medio	Medio de 6-8 puntos
	Bajo	Bajo= < 5 puntos

4. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

Tabla de frecuencia No. 1

Edad de los adolescentes

Edad	f	Fr	%	F
14 años	24	0,6	60%	24
15 años	12	0,3	30%	36
16 años	4	0,1	32%	40
Totales	40	1	100%	

*Fuente: Encuesta a adolescentes de la Unidad Educativa "Corazón de María".
Elaborado por: Franco Chamba Johanna Elizabeth.*

Análisis:

Con respecto a la edad, se puede determinar que existe una frecuencia de f 24 adolescentes que presentan una edad de 14 años, representando al 60% de la población. Cabe señalar que la población en estudio, debido a su edad, se enfrentan a presiones académicas, presiones sociales, problemas en sus relaciones familiares y las responsabilidades de la transición a la etapa adulta.

Tabla de frecuencia No. 2

Sexo de los adolescentes

Sexo	f	Fr	%	F
Masculino	19	0,475	48%	19
Femenino	21	0,525	52%	40
Totales	40	1	100%	

*Fuente: Encuesta a adolescentes de la Unidad Educativa "Corazón de María".
Elaborado por: Franco Chamba Johanna Elizabeth.*

Análisis:

En cuanto al sexo, se puede observar que existe una frecuencia de f 21 adolescentes que son del sexo femenino, representando al 52% de la población en estudio. Esto permite conocer que las mujeres son más propensas a experimentar niveles más altos de estrés, debido a que internalizan sus emociones y preocupaciones, lo que puede conducir al aumento del estrés y la ansiedad.

Tabla de frecuencia No. 3
Procedencia de los adolescentes

Procedencia	f	Fr	%	F
Urbana	30	0,75	75%	40
Rural	10	0,25	25%	10
Totales	40	1	100%	

*Fuente: Encuesta a adolescentes de la Unidad Educativa "Corazón de María".
Elaborado por: Franco Chamba Johanna Elizabeth.*

Análisis:

En relación al lugar de procedencia, se puede establecer que existe una frecuencia de f 30 adolescentes son de sectores urbanos, representando al 75% de la población en estudio. Cabe señalar que el sector de procedencia puede tener un impacto significativo, debido a los desafíos de vivir en sectores en que poseen recursos limitados, por lo que existe preocupación por costear la alimentación, la salud y sus estudios, lo cual puede afectar al bienestar y contribuir al desarrollo del estrés en los adolescentes.

Tabla de frecuencia No. 4
Familiar a cargo de los adolescentes

Familiar a cargo	f	Fr	%	F
Abuelos	24	0,6	60%	24
Padres	13	0,325	32%	37
Tíos	3	0,075	8%	40
Otros	0	0	0%	40
Totales	40	1	100%	

*Fuente: Encuesta a adolescentes de la Unidad Educativa "Corazón de María".
Elaborado por: Franco Chamba Johanna Elizabeth.*

Análisis:

Los datos recopilados de la encuesta, permiten evidenciar que existe una frecuencia de f 24 adolescentes que quedan a cargo de sus abuelos, representando al 60% de la población en estudio. Los adolescentes pueden experimentar estrés, debido a que pueden presentar dificultades para establecer relaciones con sus abuelos, ya que no han convivido con ellos o siempre han estado bajo el rol cuidador de sus padres.

Tabla de frecuencia No. 5

Factor salud de los adolescentes en relación con el Inventario de Estrés Cotidiano

Factor Salud	f	Fr	%	F
Nivel bajo	38	0,95	95%	38
Nivel medio	2	0,05	5%	40
Nivel alto	0	0	0%	40
Totales	40	1	100%	

*Fuente: Encuesta a adolescentes de la Unidad Educativa "Corazón de María".
Elaborado por: Franco Chamba Johanna Elizabeth.*

Análisis:

Se observa luego de aplicarse el Inventario de Estrés Cotidiano, que existe una frecuencia de f 38 adolescentes que presentan un nivel bajo de estrés en el ámbito de la salud. Sin duda alguna, es evidente que existen ciertos aspectos relacionados con los cambios fisiológicos, que pueden incrementar la sensación de estrés en los adolescentes.

Tabla de frecuencia No. 6

Factor escolar de los adolescentes en relación con el Inventario de Estrés Cotidiano

Factor Escolar	f	Fr	%	F
Nivel bajo	14	0,35	35%	14
Nivel medio	26	0,65	65%	40
Nivel alto	0	0	0%	40
Totales	40	1	100%	

*Fuente: Encuesta a adolescentes de la Unidad Educativa "Corazón de María".
Elaborado por: Franco Chamba Johanna Elizabeth.*

Análisis:

Se puede señalar en base a los resultados, que existe una frecuencia de f 26 adolescentes que presentan un nivel medio de estrés, de tal manera que se puede conocer que existen estresores como la relación con los profesores o dificultades en el desarrollo de sus tareas, que afecta en su rendimiento escolar junto con comportamientos inapropiados. Por ellos de no ser intervenidos estos aspectos, pueden desembocar en conductas agresivas, dominantes y dificultades para relacionarse con los demás.

Tabla de frecuencia No. 7

Factor familiar de los adolescentes en relación con el Inventario de Estrés Cotidiano

Factor Familiar	f	Fr	%	F
Nivel bajo	7	0,175	18%	7
Nivel medio	33	0,825	82%	40
Nivel alto	0	0	0%	40
Totales	40	1	100%	

Fuente: Encuesta a adolescentes de la Unidad Educativa "Corazón de María".

Elaborado por: Franco Chamba Johanna Elizabeth.

Análisis:

De igual forma los datos obtenidos a través de este Inventario, evidencia que una frecuencia de f 33 adolescentes, que tiene un nivel de estrés medio en cuanto al factor familiar. En todo caso, el ámbito familiar tiene una influencia mayor en la vida de los adolescentes, (como la separación de sus padres, el maltrato físico, peleas, falta de comunicación, pasar mucho tiempo solo en casa), que causan alteraciones emocionales y en su desarrollo personal.

Tabla de frecuencia No. 8

Nivel de estrés de los adolescentes en relación con el Inventario de Estrés Cotidiano

Nivel de estrés	f	Fr	%	F
Nivel Bajo	12	0,3	30%	12
Nivel Medio	27	0,675	68%	39
Nivel Alto	1	0,025	2%	40
Totales	40	1	100%	

Fuente: Encuesta a adolescentes de la Unidad Educativa "Corazón de María".

Elaborado por: Franco Chamba Johanna Elizabeth.

Análisis:

En lo que respecta al nivel de estrés, mediante el Inventario de Estrés Cotidiano, se observa una frecuencia de f 27 adolescentes con nivel medio de estrés; como se ha expresado, los adolescentes se encuentran ante situaciones, tales como dificultades en las actividades educativas, preocupación por exámenes, presión académica y bajas calificaciones; no obstante, si el nivel de estrés en los adolescentes no es alto, pueden llegar a presentar desigualdad en el proceso educativo, generándose consecuencias en su rendimiento escolar.

5. DISCUSIÓN

En base a la interpretación de resultados y para responder las preguntas de la presente investigación, se presentan las siguientes diferencias o similitudes:

En cuanto a las características sociodemográficas, en el presente estudio se observa una frecuencia de 27 adolescentes que tenía una edad de 14 años (60%), en cuanto al sexo, hubo una frecuencia de 21 del sexo femenino (52%), en cuanto a la procedencia la frecuencia fue de 30 que eran de sectores urbanos (75%) y en relación al familiar, hubo una frecuencia de 24 adolescentes que se quedaban a cargo de sus abuelos (60%). Si comparamos estos resultados con el estudio de Lucio(20), se observa similitud, debido a que el 51% de los adolescentes tenían edad de 13 a 14 años, el 64% eran de sexo femenino y el 88% viven en áreas urbanas.

De modo similar, Noriega(22), afirma que el 62% de los adolescentes encuestados, tuvo de 13 a 16 años, mientras que el 58% eran del sexo masculino y el 92% eran de áreas urbanas. Ante la evidencia de estos resultados, es evidente que los aspectos sociodemográficos pueden tener una influencia negativa que conlleva al estrés en los adolescentes, tales como el género, la edad, la estructura y la dinámica familiar; por lo tanto es necesario que educadores, padres de familia, y profesionales de salud, puedan identificar y comprender estos factores, para brindar un apoyo más específico a los adolescentes que pueden estar experimentando estrés.

De acuerdo con los factores, se pudo determinar que en el factor salud existe una frecuencia de 38 adolescentes que presentar un nivel bajo de estrés (95%), mientras que en relación al factor escolar, existe una frecuencia de 26 adolescentes con un nivel medio de estrés (65%) y en cuanto al factor familiar, hay una frecuencia de 33 adolescentes que presentar un nivel medio de estrés (82%). De modo similar, Cabrera(21), a través de sus resultados, refiere que el 50% de los adolescentes presentaron un nivel de estrés debido a problemas de salud, el 68% por ámbito escolar y el 55% por ámbito familiar.

Situación similar para Calderón y Siles(18), quienes en su investigación exponen que el 76% había presentado nivel de estrés en el ámbito familiar, mientras que el 82% presentó un nivel medio en el ámbito social y también el 47% tuvo un nivel medio en cuanto a lo escolar. En definitiva, se puede evidenciar que el estrés en los adolescentes, puede ser causado por una serie de factores, que incluyen la escuela, la familia y la salud. En cuanto, al factor escolar puede estar relacionado con la exigencia por lograr el éxito académico, la competencia y las exigencias que se les impone. Por otra parte, el factor familiar, se relaciona con las experiencias familiares negativas, como el desacuerdo o separación entre los padres, el quedar bajo el rol cuidador de sus abuelos; por lo que es necesario que los padres y familiares, ayuden a amortiguar los efectos negativos de cada uno de estos factores en los adolescentes.

En cuanto al nivel de estrés a través de la aplicación del Inventario del Estrés Cotidiano, fue evidente que existe una frecuencia de 27 adolescentes que presentaron un nivel medio de estrés (68%). De igual forma Martínez y Suárez(19), indicaron que el 46% de los adolescentes presentó un nivel medio de estrés. Circunstancia similar que se evidencia en el estudio de Cabrera(21), en que se expone que solo el 53.49% de los adolescentes presentaba un nivel medio de estrés cotidiano. En síntesis, se puede establecer que aunque el estrés es una parte normal de la vida, los niveles medios o altos de estrés, puede tener una serie de repercusiones negativas para la salud física o la salud mental del adolescente, también problemas para concentrarse, aprender, participar en actividades sociales, afecta al rendimiento académico como también a la función cognitiva, participan en comportamientos de riesgos, como el consumo de drogas o el consumo del alcohol; por lo tanto, es importante reconocer los niveles de estrés, para brindar el apoyo y los recursos para ayudarlos a manejar sus niveles de estrés.

6. CONCLUSIONES

Con base en la investigación realizada, se pueden extraer las siguientes conclusiones relacionadas con los objetivos de la investigación:

- En referencia a las características sociodemográficas, se observa que en los 40 adolescentes de la Unidad Educativa “Corazón de María”, hay una mayor frecuencia de adolescentes que presentaron edades de 14 años, con relación al sexo, predominó el sexo femenino, también sobre la procedencia, predominaron adolescentes de sectores urbanos, no obstante, hubo también una frecuencia mayor que quedaba bajo el cuidado de sus abuelos. Así pues, los aspectos demográficos son relevantes, debido a que pueden tener una influencia sobre los adolescentes, identificando cada uno de sus factores y poder dar un mejor apoyo y reducir el nivel de estrés en los adolescentes de esta institución educativa.
- Ahora bien, a través del Inventario de Estrés Cotidiano se identificaron los factores, obteniéndose que los adolescentes de la Unidad Educativa “Corazón de María”, presentaron como factor condicionante un nivel medio bajo de estrés en relación a la salud, pero en cuanto al ámbito escolar y familiar, presentaron en ambos un nivel medio de estrés. En consecuencia, es evidente que existen diferentes factores que pueden conllevar al desarrollo del estrés en los adolescentes, por tanto, es necesario conocer los aspectos familiares, adolescentes o de salud que puedan causar efectos negativos en estos adolescentes.
- De modo similar, a través del Inventario del Estrés Cotidiano, fue evidente que los adolescentes presentaron una frecuencia mayor de nivel medio de estrés en general; por lo que se puede inferir, que, si no es intervenido de manera inmediata, puede causar llevar a nivel alto, alterando de esta manera su salud física o mental de los adolescentes.

7. RECOMENDACIONES

Se recomienda a las autoridades de la Unidad Educativa “Corazón de María”, que en coordinación con el departamento de psicología se debe implementar un programa de capacitación para los docentes, encaminados en la detección de características sociodemográficas que puedan incidir en los adolescentes, tales como el género, la edad, la procedencia, la etnia o el nivel socioeconómico, para la detección temprana de posibles estudiantes adolescentes que pueden estar presentado estrés.

Es necesario que los padres de familias o cuidadores, sean capacitados en Unidad Educativa “Corazón de María”, sobre los factores, tanto escolares, como sociales y familiares que pueden incidir en el desarrollo del estrés en los adolescentes, de tal manera que puedan ayudar a mejorar las relaciones intrafamiliares, fomentando la comunicación y el apoyo a sus hijos, de tal manera que ayude a reducir los niveles de estrés en los adolescentes.

Se recomienda identificar a aquellos adolescentes que presentan niveles altos de estrés en cualquiera de sus dimensiones a fin de planificar acciones que permitan eliminar, cambiar o reducir los diversos agentes estresores que afectan el rendimiento académico de los adolescentes.

En base a estos hallazgos, se aconseja el desarrollo de futuras investigaciones, para ahondar y conocer otros contextos o circunstancias y poblaciones con características distintas, de tal manera que a través de otros resultados comparar las diferentes realidades que existen en el entorno de cada adolescente.

8. REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. Salud del adolescente y el joven adulto [Internet]. 2022 [citado 4 de abril de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
2. Lucio M. Estrés cotidiano infantil y estrategias de afrontamiento en estudiantes de Nivel Primario de Chiclay. PAIAN [Internet]. 2019 [citado 12 de marzo de 2023];10(1). Disponible en: <https://revistas.uss.edu.pe/index.php/PAIAN/article/view/1091>
3. Organización Mundial de la Salud. Día Mundial de la Salud Mental 2018 [Internet]. Pan American Health Organization / World Health Organization. 2018 [citado 4 de abril de 2023]. Disponible en: https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=14710:world-mental-health-day-2018&Itemid=0&lang=es#gsc.tab=0
4. Alabuella Carrera EC. La relación del estrés académico y los roles sociales en estudiantes de bachillerato acelerado [Internet] [bachelorThesis]. Pontificia Universidad Católica del Ecuador; 2021 [citado 4 de abril de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/3245>
5. López M. Salud mental: Depresión y ansiedad afectan a niños y jóvenes durante la etapa escolar [Internet]. rpp.pe. 2018 [citado 4 de abril de 2023]. Disponible en: <https://rpp.pe/vital/salud/salud-mental-depresion-y-ansiedad-afectan-a-ninos-y-jovenes-durante-la-etapa-escolar-noticia-1155649>
6. Chavarriaga CP, Moreno JT, Ramírez DAT, Romero JV. El Estrés escolar en la Infancia: Una reflexión Teórica. Cuad Neuropsicol Panam J Neuropsychol [Internet]. 2018 [citado 12 de marzo de 2023];12(2). Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/4396/439655913010/html/>
7. Hosseinkhani Z, Hassanabadi HR, Parsaeian M, Karimi M, Nedjat S. El estrés académico y la salud mental de los adolescentes. J Res Health Sci [Internet]. 2020 [citado 4 de abril de 2023];20(4). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8695784/>
8. Valiente-Barroso C, Suárez-Riveiro JM, Martínez-Vicente M. Rendimiento académico, aprendizaje y estrés en alumnado de primaria. Rev Complut Educ [Internet]. 2020 [citado 4 de abril de 2023];31(3). Disponible en: <https://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/view/63480>
9. Espinoza Y. Estudio sobre la disfuncionalidad familiar y su incidencia en el aprendizaje de los niños y niñas de primero y segundo año de educación primaria. 2017;1(1). Disponible en: <https://bibdigital.epn.edu.ec/bitstream/15000/10577/1/CD-6255.pdf>

10. Gayer C, Latham R, Zerbi C, Strang L. Impacts of social isolation among disadvantaged and vulnerable groups during public health crises. 2020;1(1). Disponible en: <https://www.careknowledge.com/media/47410/3563-social-isolation-2-cs-v3.pdf>
11. Chai J, Xu H, An N, Zhang P, Liu F, He S, et al. La prevalencia de problemas mentales en niños y adolescentes chinos durante la COVID-19 en China: una revisión sistemática y un metanálisis. *Front Pediatr.* 6 de octubre de 2021;9:661796.
12. Sociedad Española de Estudios de Ansiedad y Estrés. *Revista: Ansiedad y Estrés.* 2017 [citado 7 de agosto de 2022];1(1). Disponible en: https://webs.ucm.es/info/seas/Revista/list_aut.htm
13. Mena L. Los niveles de estrés y su relación con las funciones mentales superiores de los procesos de aprendizaje en niños y niñas con antecedentes de maltrato. 2019;1(1). Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/29516/2/Vanessa-Mena-Tesis-Final.pdf>
14. Vilcacundo S. Estrés infantil y estrategias de afrontamiento en niños víctimas de violencia escolar. 2020;(1). Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/31558/1/Vilcacundo-Diaz-Sandra.pdf>
15. Reategui A. Trastornos conductuales asociados al covid-19 en niños escolares de la Comuna Juan Montalvo. Santa Elena 2020. 2020;1(1). Disponible en: <https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/5765/1/UPSE-TEN-2021-0007.pdf>
16. Barraza A. Estrés académico: Un estado de la cuestión [Internet]. 2018 [citado 10 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.psicologia cientifica.com/estres-academico-un-estado-de-la-cuestion/>
17. Vargas Baldares MJ. Trastornos de la conducta alimentaria en la población adolescente: factores relacionados con su detección y manejo integral: revisión bibliográfica. 2018 [citado 10 de mayo de 2023]; Disponible en: <http://repositorio.sibdi.ucr.ac.cr:8080/jspui/handle/123456789/15729>
18. Calderón Bolaños AM, Siles Bolaños AB. Ámbitos y componentes que inciden en los niveles de estrés infantil según el grado académico que cursan los y las estudiantes de la escuela Patriarca San José, en el año 2021. 2022 [citado 12 de marzo de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.una.ac.cr/handle/11056/22844>
19. Martínez-Vicente M, Suárez-Riveiro JM, Valiente-Barroso C. Estrés cotidiano infantil y factores ligados al aprendizaje escolar como predictores del rendimiento académico. *Ansiedad Estrés* [Internet]. 2019 [citado 12 de marzo de 2023];25(2). Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1134793719300296>

20. Lucio M. Estrés cotidiano infantil y estrategias de afrontamiento en estudiantes de Nivel Primario de Chiclay. 2019; Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/6459?show=full>
21. Cabrera S. Estrés cotidiano infantil y rendimiento académico en estudiantes del quinto y sexto grado de educación primaria de la I.E. N° 80041 "José Carlos Mariátegui", La Esperanza - 2017. Univ Priv Antenor Orrego [Internet]. 2017 [citado 12 de marzo de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/6440>
22. Noriega Noriega RY. Inventario de estrés cotidiano infantil (IECI): propiedades psicométricas en estudiantes de primaria-Carmen de la Legua y Reynoso. Callao, 2019. Repos Inst - UCV [Internet]. 2019 [citado 12 de marzo de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/36923>
23. Chavarriaga CP, Moreno JT, Ramírez DAT, Romero JV. El Estrés escolar en la Infancia: Una reflexión Teórica. Cuad Neuropsicol Panam J Neuropsychol [Internet]. 2018 [citado 12 de marzo de 2023];12(2). Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/4396/439655913010/html/>
24. Martins RC, Blumenberg C, Tovo-Rodrigues L, Gonzalez A, Murray J. Effects of parenting interventions on child and caregiver cortisol levels: systematic review and meta-analysis. BMC Psychiatry [Internet]. 2020 [citado 12 de marzo de 2023];20(1). Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02777-9>
25. Calzadilla Pérez OO. Bases neuroeducativas del estrés y su relación con el rendimiento académico. EduSol [Internet]. 2022 [citado 12 de marzo de 2023];22(79). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1729-80912022000200208&lng=es&nrm=iso&tlng=es
26. Araújo La de, Veloso CF, Souza M de C, Azevedo JMC de, Tarro G. El impacto potencial de la pandemia de COVID-19 en el crecimiento y desarrollo infantil: una revisión sistemática. J Pediatr (Rio J) [Internet]. 2021 [citado 12 de marzo de 2023];97(4). Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0021755720302096>
27. Östberg V, Plenty S, Låftman SB, Modin B, Lindfors P. Demandas escolares y recursos de afrontamiento: asociaciones con múltiples medidas de estrés en niñas y niños de mediana edad. Int J Environ Res Public Health [Internet]. 2018 [citado 12 de marzo de 2023];15(10). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6209916/>
28. Guo J, Mrug S, Knight DC. Emotion Socialization as a Predictor of Physiological and Psychological Responses to Stress. Physiol Behav [Internet]. 2017 [citado 12 de marzo de 2023];175. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5487265/>
29. Asbrand J, Heinrichs N, Nitschke K, Wolf OT, Schmidtendorf S, Tuschen-Caffier B. Repeated stress leads to enhanced cortisol stress response in

child social anxiety disorder but this effect can be prevented with CBT. *Psychoneuroendocrinology*. 2019;109.

30. Do B, Mason TB, Yi L, Yang CH, Dunton GF. Asociaciones momentáneas entre el estrés y la actividad física entre niños que utilizan la evaluación momentánea ecológica. *Psychol Sport Exerc* [Internet]. 2021 [citado 12 de marzo de 2023];55. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8031470/>
31. Boltivets S, Korolchuk M. Comparative characteristics of stress-resistant and non-stress-resistant individual profiles | Propósitos y Representaciones [Internet]. 2021 [citado 12 de marzo de 2023]. Disponible en: <https://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/1102>
32. Aguilar Durán LA. Estrés en una muestra de niños de Caracas. *Katharsis Rev Cienc Soc*. 2017;(24):86-118.
33. Ortiz Pérez KY. Estrés cotidiano y su relación con la agresividad en niños [Internet] [bachelorThesis]. Universidad Técnica de Ambato/Facultad de Ciencias de la Salud/Carrera de Psicología Clínica; 2022 [citado 12 de marzo de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec:8443/jspui/handle/123456789/36765>
34. Huayna Ruiz A, Ramos Larrea C, Salas-Blas E. Locus de control y estrés percibido en padres de niños con enfermedades crónicas. *Ajayu Órgano Difus Científica Dep Psicol UCBSP* [Internet]. 2020 [citado 12 de marzo de 2023];18(2). Disponible en: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2077-21612020000200004&lng=es&nrm=iso&tlng=es
35. Huanca-Arohuanca J, Paye J, Casa-Coila M, Pacosonco K. Estrés habitual infantil y estilos de aprendizaje en niños de educación primaria de Puno-Perú. 1 de julio de 2020;4:371-87.
36. Pérez L, Torres S. Análisis sistemático de literatura en factores endógenos y exógenos asociados a la ansiedad infantil, a nivel nacional e internacional en el periodo comprendido de 2015-2021 [Internet]. 2021 [citado 12 de marzo de 2023]. Disponible en: <https://repository.ucc.edu.co/items/64c8a8c4-e283-4a58-b4be-8748b072461b>
37. Díaz Y. Estrés infantil y estrategias de afrontamiento en niños víctimas de violencia escolar [Internet]. 2020 [citado 12 de marzo de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/31558>
38. Martínez-Vicente M, Valiente-Barroso C, Martínez-Vicente M, Valiente-Barroso C. Ajuste personal y conductas disruptivas en alumnado de primaria. *Actual En Psicol* [Internet]. 2020 [citado 12 de marzo de 2023];34(129). Disponible en: http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2215-35352020000200071&lng=en&nrm=iso&tlng=es

39. Martínez-Vicente M, Valiente-Barroso C. Ajuste personal y conductas disruptivas en alumnado de primaria. *Actual En Psicol* [Internet]. 2020 [citado 12 de marzo de 2023];34(129). Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/1332/133266739005/html/>
40. Bartolomé M. Consecuencias del estrés en la salud física y mental. [Internet]. ▷ *RSI - Revista Sanitaria de Investigación*. 2022 [citado 12 de marzo de 2023]. Disponible en: <https://revistasanitariadeinvestigacion.Com/consecuencias-del-estres-en-la-salud-fisica-y-mental/>
41. Cáceres-Matos R, Gil-García E, Barrientos-Trigo S, Molina E, Porcel-Gálvez AM, Cáceres-Matos R, et al. Consecuencias del dolor crónico en la infancia y la adolescencia. *Gac Sanit* [Internet]. 2019 [citado 12 de marzo de 2023];33(3). Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0213-91112019000300272&lng=es&nrm=iso&tlng=es
42. Coelho Vilchez LK. Clima social familiar y estrés académico en estudiantes del quinto y sexto grado de la I.E.P.M, “la luz del saber” - Loreto, 2020. Univ Católica Los Angeles Chimbote [Internet]. 2021 [citado 12 de marzo de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/20612>
43. Palacio-Ortiz JD, Londoño-Herrera JP, Nanclares-Márquez A, Robledo-Rengifo P, Quintero-Cadavid CP. Trastornos psiquiátricos en los niños y adolescentes en tiempo de la pandemia por COVID-19. *Rev Colomb Psiquiatr* [Internet]. 2020 [citado 12 de marzo de 2023];49(4). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7366975/>
44. Suárez-Riveiro JM, Martínez-Vicente M, Valiente-Barroso C. Rendimiento Académico según Distintos Niveles de Funcionalidad Ejecutiva y de Estrés Infantil Percibido. *Educ Psychol* [Internet]. 2020 [citado 12 de marzo de 2023];26(1). Disponible en: <https://journals.copmadrid.org/psed/art/psed2019a17>
45. Gatell-Carbó A, Alcover-Bloch E, Balaguer-Martínez JV, Pérez-Porcuna T, Esteller-Carceller M, Álvarez-García P, et al. Estado de la salud mental infantojuvenil durante la primera ola de la pandemia de la COVID-19 y en el inicio del curso escolar 2020-2021. *An Pediatr Barc Spain* 2003 [Internet]. 2021 [citado 12 de marzo de 2023];95(5). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8498656/>
46. Herrera-Covarrubias D, Coria-Avila G, Muñoz D, Graillet-Mora O, Aranda-Abreu G, Rojas-Durán F, et al. Artículo de Revisión Impacto del estrés psicosocial en la salud Impact of psychological stress on health. *eNeurobiología*. 2018;8.
47. Chavarriaga CP, Moreno JT, Ramírez DAT, Romero JV. El Estrés escolar en la Infancia: Una reflexión Teórica. *Cuad Neuropsicol Panam J Neuropsychol* [Internet]. 2018 [citado 12 de marzo de 2023];12(2). Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/4396/439655913010/movil/>

48. Torres T, Blanca M, Fernández-Baena FJ, Espejo ME, Montero EF. Evaluation and treatment of daily stress in childhood. *Papeles Psicol.* 1 de enero de 2012;33:30-5.
49. Asamblea Constituyente. Constitución de la República del Ecuador [Internet]. Primera. Vol. 1. Montecristi, Ecuador: Asamblea Constituyente; 2008. Disponible en: https://www.asambleanacional.gob.ec/sites/default/files/documents/old/constitucion_de_bolsillo.pdf
50. Asamblea Nacional. Código de la niñez y adolescencia. 2013; Disponible en: <https://www.registrocivil.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2014/01/estees-06-Codigo-de-la-Niñez-y-Adolescencia-Ley-es-conexas.pdf>
51. Consejo Nacional de Planificación. Plan Nacional de Desarrollo Toda una vida. 2018;1(1):149.

ANEXOS



CARRERAS:
Medicina
Odontología
Enfermería
Nutrición, Dietética y Estética
Terapia Física



Certificado No EC-SG-2018002043

Tel.: 3804600
Ext. 1801-1802
www.ucsg.edu.ec
Apartado 09-01-4671
Guayaquil-Ecuador

Guayaquil, 15 de diciembre del 2022

Señorita:

Franco Chamba Johanna Elizabeth
Estudiantes de la Carrera de Enfermería
Universidad Católica de Santiago de Guayaquil

De mis consideraciones:

Reciban un cordial saludo de parte de la Dirección de la Carrera de Enfermería, a la vez comunico a ustedes que su tema presentado: **"Frecuencia de estrés en adolescentes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa "Corazón de María" de la ciudad de Guayaquil"**, ha sido aprobado por la Comisión Académica de la Carrera, su tutora asignada es la Lic. Olga Muñoz Roca.

Me despido deseándoles éxito en la realización de su trabajo de titulación.

Atentamente,

Lcda. Ángela Mendoza Vines
Directora de la Carrera de Enfermería
Universidad Católica de Santiago de Guayaquil

Cc: Archivo





Guayaquil, 3 de Febrero del 2023

Director de la Unidad Educativa Particular "CORAZON DE MARIA" En su despacho
De mis consideraciones:

Yo JOHANNA ELIZABETH FRANCO CHAMBA CI. 0930906151, Estudiantes de la Carrera de Enfermería "San Vicente de Paul" de la Universidad Católica Santiago de Guayaquil.

Me dirijo a Ustedes para comunicarles mi interés en realizar durante el Periodo de ENERO a MARZO 2023; un proyecto de investigación de tipo descriptivo, previo a la obtención del título de Licenciada En Enfermería cuyo Tema es: "FRECUENCIA DE ESTRÉS EN ADOLESCENTES DEL DECIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA CORAZON DE MARIA DE LA CIUDAD DE GUAYAQUIL" con la aceptación y autorización de los directivos de la UCSG/FMC/Carrera de Enfermería.

En el proceso de elaboración y Recolección de datos (Encuesta / Observación) del presente estudio; se guardará en todo momento la privacidad necesaria para salvaguardar la identidad de los sujetos estudiados, exceptuando lo de los alumnos investigadores.

Por todo ello, solicito su autorización para desarrollar este estudio y me gustaría contar con su colaboración, así como con la del resto de la comunidad educativa, para el desarrollo de una investigación, en lo que pudiese resultar necesario.

Sin otro particular, aprovecho la oportunidad para reiterarle mis sinceros agradecimientos.

Atentamente, JOHANNA ELIZABETH FRANCO CHAMBA

Nombre y Firma del Estudiante
CI. 0930906151
Correo/s: Johanna.franco02@cu.ucsq.edu.ec

Fecha de entrega: 16 de Febrero del 2023

Cc: Archivo Dirección de Carrera/Coordinación UTE/Secretaría.





UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERÍA

ENCUESTA

Tema: Frecuencia de estrés en adolescentes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil.

Objetivo: Recabar información de adolescentes con estrés.

Instrucciones para la/el encuestado/a:

- La encuesta es anónima no requiere incluir sus datos personales, sea lo más sincero/a posible para la veracidad de los datos que se requiere.
- Escriba una “X” en los casilleros en blanco de las preguntas que a continuación se detallan.
- Gracias por la colaboración

1. ¿Qué edad tiene usted? a) 14 años <input type="checkbox"/> b) 15 años <input type="checkbox"/> c) 16 años <input type="checkbox"/>	2. ¿Cuál es su sexo? a) Masculino <input type="checkbox"/> b) Femenino <input type="checkbox"/>
3. ¿Cuál es su zona de procedencia? a) Urbana <input type="checkbox"/> b) Rural <input type="checkbox"/>	4. ¿Quién está a cargo de tu cuidado en casa? a) Abuelos <input type="checkbox"/> b) Padres <input type="checkbox"/> c) Tíos <input type="checkbox"/> d) Otros <input type="checkbox"/>

INVENTARIO DE ESTRÉS COTIDIANO

Encierra con un círculo o marca la respuesta elegida:

No.	Preguntas	Si	No
	Factor salud		
1	Este año he estado enfermo o enferma varias veces.	Si	No
4	Con frecuencia me siento mal (tengo dolores de cabeza, náuseas, etc.).	Si	No
7	Este año me han llevado a urgencias.	Si	No
10	Tengo cambios de apetito (a veces como muy poco y a veces como mucho).	Si	No
16	Me preocupa mi aspecto físico (me veo gordo o gorda, feo o fea, etc.).	Si	No
19	Mis padres me llevan muchas veces al médico.	Si	No
22	Me canso fácilmente	Si	No
	Factor escolar		
2	Las tareas de la escuela me resultan difíciles.	Si	No
5	Normalmente saco malas notas.	Si	No
11	Participo en demasiadas actividades académicas.	Si	No
14	Me cuesta mucho concentrarme en una tarea.	Si	No
17	Me pongo nervioso o nerviosa cuando me preguntan los profesores.	Si	No
20	En el colegio mis compañeros se meten mucho conmigo.	Si	No
	Factor familiar		
3	Visito poco a mis familiares (abuelos, tíos, primos, etc.).	Si	No
6	Paso mucho tiempo solo o sola en casa.	Si	No
9	Hay problemas económicos en mi casa.	Si	No
12	Mis hermanos y yo nos peleamos mucho.	Si	No
15	Paso poco tiempo con mis padres.	Si	No
18	Mis padres me regañan mucho.	Si	No
21	Mis padres me mandan más cosas de las que puedo hacer	Si	No

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, **Franco Chamba Johanna Elizabeth** estudiante de enfermería de la Universidad Católica, solicito a usted, que permita a su representado colaborar con una encuesta con el objetivo de recabar información sobre el siguiente tema de titulación: **Frecuencia de estrés en adolescentes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil**. Me comprometo a mantener discreción y ética en los datos obtenidos. Agradezco de antemano por su colaboración.

0930906151

Franco Chamba Johanna Elizabeth

C.C. No.

Yo, Directora de la Unidad Educativa “CORAZON DE MARIA” junto a la Psicóloga de esta institución, aceptamos que nuestros estudiantes del décimo año participen en la encuesta solicitada, previa explicación del uso de información obtenida.

Firma o rubrica

The image shows two items side-by-side. On the left is a handwritten signature in blue ink, consisting of several loops and a long vertical stroke. On the right is a circular official stamp. The stamp has a double border. The outer border contains the text 'UNIDAD EDUCATIVA PARTICULAR' at the top and 'CORAZÓN DE MARÍA' at the bottom. Inside the inner border, there is a central illustration of a woman holding a child, likely the Virgin Mary and the Christ Child. Below the illustration, the text 'DEC 20' is visible, and at the very bottom of the stamp, 'C.A. 2911 GUAYACUIL' is printed.

Guayaquil, 16 de febrero-2023



Presidencia
de la República
del Ecuador



Plan Nacional
de Ciencia, Tecnología,
Innovación y Saberes



SENESCYT
Secretaría Nacional de Educación Superior,
Ciencia, Tecnología e Innovación

DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, **Franco Chamba Johanna Elizabeth**, con C.C: # **0930906151** autora del trabajo de titulación: **Frecuencia de estrés en adolescentes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil**, previo a la obtención del título de **Licenciada en enfermería** en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de titulación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, 02 de mayo del 2023



Unidad académica por:
JOHANNA ELIZABETH
FRANCO CHAMBA

f. _____
Franco Chamba Johanna Elizabeth
C.C: 0930906151



REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

FICHA DE REGISTRO DE TESIS/TRABAJO DE TITULACIÓN

TEMA Y SUBTEMA:	Frecuencia de estrés en adolescentes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil.		
AUTOR(ES)	Franco Chamba Johanna Elizabeth		
REVISOR(ES)/TUTOR(ES)	Lcda. Muñoz Roca, Olga Argentina, Msc.		
INSTITUCIÓN:	Universidad Católica de Santiago de Guayaquil		
FACULTAD:	Facultad de Ciencias Médicas		
CARRERA:	Carrera de Enfermería		
TITULO OBTENIDO:	Licenciada en Enfermería		
FECHA DE PUBLICACIÓN:	02 de mayo del 2023	No. DE PÁGINAS:	50
ÁREAS TEMÁTICAS:	Salud Materno Infantil , Salud Publica		
PALABRAS CLAVES:	Frecuencia, Estrés, Adolescentes, Factores, Educación.		

RESUMEN:

La adolescencia puede ser una etapa de estrés, debido a varios factores y que puede causar consecuencias negativas para la salud física como mental de los adolescentes. Objetivo: Determinar la frecuencia de estrés en adolescentes del décimo año de la Unidad Educativa “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil. Metodología: Descriptivo, cuantitativo, prospectivo, de corte transversal. Población: 40 adolescentes del décimo año de la Unidad Educativa “Corazón de María”. Técnica: Encuesta; Instrumento: Cuestionario de preguntas e Inventario de Estrés Cotidiano. Resultados: Con respecto a las características, en la edad, la frecuencia estuvo acentuada entre los 14 años Fr 24 (60%); en lo referente al sexo predomina el femenino Fr 21 (52%); asimismo predominan adolescentes de áreas urbanas Fr 30 (75%), concerniente el familiar a cargo, predominaron adolescentes que quedan a cargo de sus abuelos Fr 24 (60%); Al aplicar el Inventario de Estrés Cotidiano, se obtuvo un predominio de nivel bajo en cuanto al factor salud Fr 38 (95%), un nivel medio en cuanto al factor escolar Fr 26 (65%), de igual forma predominó en el factor familiar Fr 33 (82%). Así mismo, en cuanto al nivel de estrés en general, hay una mayor frecuencia de nivel medio Fr 27 (68%). Conclusión: Los resultados indican que los adolescentes presentan factores, como la salud, la escuela o la familia que inciden en el desarrollo del estrés, por lo que el fomento de mecanismos de afrontamiento, la atención y el apoyo puede ayudar a reducir o prevenir el estrés.

ADJUNTO PDF:	<input checked="" type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
CONTACTO CON AUTOR:	Teléfono: 0963715255	E-mail: johanna.franco02@cu.ucsg.edu.ec johannaelizafranco97@gmail.com
CONTACTO CON LA INSTITUCIÓN (COORDINADOR DEL PROCESO UTE):	Nombre: Lcda. Holguín Jiménez Martha Lorena, Msc	
	Teléfono: +593-993142597	
	E-mail: martha.holguin01@cu.ucsg.edu.ec	

SECCIÓN PARA USO DE BIBLIOTECA

Nº. DE REGISTRO (en base a datos):	
Nº. DE CLASIFICACIÓN:	
DIRECCIÓN URL (tesis en la web):	