

UNIVERSIDAD NACIONAL JOSE FAUSTINO SANCHEZ CARRIÓN



FACULTAD DE EDUCACIÓN

Borrador de Tesis

ESTRÉS INFANTIL EN ESTUDIANTES DE 5 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 21544 - 651 – SAYAN, 2021.

Presentado por:

Bach. FLORES LEIVA, FLOR BELLA

Bach. VERANO HUAMAN, MARITZA MARIBEL

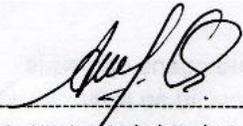
ASESORA:

M(g) AYALA OCROSPOMA, Virginia Isabel

PARA OPTAR EL Título Profesional de LICENCIADA EN EDUCACION Nivel INICIAL Especialidad EDUCACIÓN INICIAL Y ARTE.

HUACHO –PERU

2022



Mg. Virginia Isabel Ayala Ocospoma
DOCENTE
FACULTAD DE EDUCACION
U.N.J.F.S.C. DNU 279

DEDICATORIA

A mi creador, que siempre me acompaña y guía en mi camino.

A mi padre Eleazar Verano que partió a los brazos de nuestro Dios.

A mis seres amados, mi madre e hijo.

Maritza

A mi bella madre Dora Leiva.

A mi creador, por brindarme siempre amor

A todas las personas que aportaron moral, académica y económicamente en mi formación profesional, a todos ellos, este gran logro.

Bella

AGRADECIMIENTO

A Dios, nuestro creador y salvador, el que durante todo este difícil camino nos ha sabido ayudar, guiar y amar, dándonos muestras de su amor poniendo en nuestro camino a bellas personas que nos ayudaron al cumplimiento de este gran objetivo.

ÍNDICE

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

RESUMEN

ABSTRACT

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática	1
1.2. Formulación del problema	4
1.2.1. Problema general	4
1.2.2. Problemas específicos.....	4
1.3. Formulación de objetivos	4
1.3.1. Objetivo general.....	4
1.3.2. Objetivos específicos	4
1.4. Justificación.....	5
1.5. Delimitación del estudio.....	6
1.6. Viabilidad del estudio.....	7

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación	8
2.1.1. Investigaciones internacionales.....	8
2.1.2. Investigaciones nacionales.....	10
2.2. Bases teóricas	13
2.3. Definiciones de términos básicos	30
2.4. Formulación de hipótesis	32
2.5. Operacionalización de variables.....	34

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1	Diseño metodológico.....	36
3.2	Población y muestra.....	37
	3.2.1. Población	
	3.2.2. Muestra	
3.3	Técnicas de recolección de datos	37
3.4	Técnicas para el procesamiento de la información	38

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

4.1	Análisis de resultados	40
-----	------------------------------	----

CAPITULO V: DISCUSIÓN

5.1	Discusión de resultados.....	44
-----	------------------------------	----

CAPITULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1	Conclusiones.....	46
6.2	Recomendaciones.....	47

REFERENCIAS

7.1.	Fuentes bibliográficas.....	48
7.2.	Fuentes electrónicas.....	49

ANEXOS

Matriz de consistencia

Cuestionario de percepción parental sobre estrés infantil

Carta de Permiso

INDICE DE TABLAS

Tabla 1: Operacionalización de la variable.....	34
Tabla 2: Población y Muestra	37
Tabla 3: Variable estrés infantil.....	40
Tabla 4: Dimensión manifestación física.....	41
Tabla 5: Dimensión manifestación psíquica	42
Tabla 6: Dimensión manifestación conductual.....	43

INDICE DE FIGURAS

Figura 1: Variable estrés infantil.....	40
Figura 2: Dimensión manifestaciones físicas.....	41
Figura 3: Dimensión manifestaciones psíquicas	42
Figura 4: Dimensión manifestaciones conductuales.....	43

RESUMEN

El presente estudio formuló como objetivo general determinar el nivel de manifestaciones psíquicas del estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021. Para el desarrollo de la presente tesis se procedió a presentar un documento a las autoridades de la institución donde se realizó la investigación, teniendo una respuesta afirmativa que muestra la aprobación para la aplicación del instrumento de recolección de datos, así mismo se solicitó permiso a los padres de familia de los niños para el recojo de la información objetiva de los mismos. El trabajo de investigación se centró en la medición de la variable estrés infantil; se consideró una población de 119 estudiantes pertenecientes a las aulas de 5 años, del mismo a través de la aplicación del muestreo probabilístico por conveniencia, se desprendió una muestra conformada por 46 estudiantes. En cuanto a la metodología, la investigación es de tipo básico, enfoque cuantitativo, se desarrolló bajo el diseño de investigación no experimental. Se empleó como técnica la encuesta, aplicándose como instrumento el cuestionario de percepción parental sobre estrés infantil el cual posee 45 ítems de alternativas dicotómicas. Los resultados obtenidos permitieron concluir que el 54% de los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán presentan un nivel alto de estrés infantil, seguido de un 39% de la muestra que se encuentra en un nivel bajo y finalmente un 7% se encuentra en un nivel medio respecto a la variable estrés infantil.

Palabras clave: estrés, infantil, conducta, niño.

ABSTRACT

The present study formulated as a general objective to determine the level of psychic manifestations of childhood stress in 5-year-old students of the Educational Institution No. 21544 - 651 - Sayán, 2021. For the development of this thesis, a document was presented to the authorities of the institution where the investigation was carried out, having an affirmative answer that shows the approval for the application of the data collection instrument, likewise, permission was requested from the parents of the children to collect the objective information of the same. The research work focused on the measurement of the child stress variable; A population of 119 students belonging to the classrooms of 5 years was considered, from which, through the application of probabilistic convenience sampling, a sample made up of 46 students was derived. Regarding the methodology, the research is of a basic type, quantitative approach, it was developed under the non-experimental research design. The survey technique was used, applying the parental perception questionnaire on child stress as an instrument, which has 45 items of dichotomous alternatives. The results obtained allowed us to conclude that 54% of the 5-year-old students of the Educational Institution No. 21544 - 651 - Sayán present a high level of childhood stress, followed by 39% of the sample that is at a low level and finally, 7% are at a medium level with respect to the child stress variable.

Keywords: stress, childhood, behavior, child.

INTRODUCCIÓN

La presente tesis titulada “Estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021”, tiene como objetivo general determinar el nivel de estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021.

El estudio se centra en la medición de la variable estrés infantil y en sus tres dimensiones: manifestaciones físicas, manifestaciones psíquicas y manifestaciones conductuales, las cuales detallan ciertas características que pueden presentar los niños que presentan altos niveles de estrés. Esta investigación se realizó durante la aplicación de la modalidad virtual en el nivel inicial, ello como todos conocemos ha acarreado una serie de limitaciones, partiendo desde el aspecto académico hasta el aspecto social; los resultados obtenidos nos permitirán conocer cómo se encuentran los estudiantes de la institución en mención respecto a sus niveles de estrés.

Esta tesis se encuentra organizada en seis capítulos establecidos según el detalle:

Capítulo I: planteamiento del problema, descripción de la realidad problemática, formulación del problema general y específicos, como también de los objetivos de la investigación.

Capitulo II: Marco Teórico, comprende los antecedentes nacionales e internacionales de la investigación, sus bases teóricas, definición de términos y operacionalización de la variable.

Capitulo III: Metodología, comprende, población y muestra, técnica de recolección de datos y procesamiento de la información.

Capitulo IV: se presentan los resultados de la encuesta en tablas, figuras con sus respectivos análisis e interpretaciones.

Capítulo V: se procede a realizar la discusión de la presente investigación.

Capítulo VI: Conclusión y recomendaciones.

Por último, se detallan las referencias documentales, bibliográficas, y electrónicas empleadas para el desarrollo del presente trabajo de investigación; seguido de ello se presentan los anexos que comprenden la matriz, el instrumento empleado para recojo de información y otros.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

La sensación de estrés, implica tensiones corporales físicas que afectan nuestro estado emocional, esta surge debido a la exposición ante una situación problemática, ocasionando en la persona frustración, ansiedad e irritabilidad. El estrés, aunado con la ansiedad, es normal cuando nos enfrentamos a eventos conflictivos o desafíos, ya que nos prepara para su afrontamiento; pero cuando el estrés presenta estos síntomas con una duración prolongada afectando la calidad de vida de las personas, es considerado dañino para la salud física y mental de la persona.

En la niñez, el estrés suele presentarse ante situaciones que implican cambios en el ritmo de vida del niño, ocasionando en muchos un trastorno de adaptación. Generalmente los síntomas del estrés tienden a aparecer cuando el niño atraviesa por enfermedades, existencia de un deterioro en la relación con sus progenitores, discusiones entre los miembros de la familia, o cuando se encuentran sometidos a exigencias en cuanto al cumplimiento de sus responsabilidades, afectando así su estado anímico, salud física y mental.

Una de las situaciones que generan estrés en los infantes es el ingreso a la escuela, donde se desprenden de la permanencia en el hogar y pasan a establecer nuevas relaciones con su maestra y compañeros, además de desarrollar la tolerancia que implica la espera a la atención de sus necesidades, ya que en el aula debe esperar su turno mientras que, en el hogar en muchos casos, es el primero en ser atendido. Sin embargo, con el pasar del tiempo el niño va

socializándose y formando círculos de amigos con los cuales juega y comparte experiencias académicas.

Considerando los aportes sobre estrés publicados en *Paediatric and Perinatal Epidemiology*, a través de la Organización Mundial de la Salud, las investigaciones establecen la prevalencia del estrés infantil en muchos países del mundo: en Estados Unidos existe un 27,5% de la población infantil que padece de estrés, mientras que en México la cifra aborda un 20%. En cuanto al estrés escolar, en Inglaterra un 25% de la población infante lo padece a causa del bullying, mientras que en China un 78% del estrés en los niños es causado por su rendimiento escolar. Un aspecto importante de los resultados de la investigación permitió concluir que el estrés afecta la salud física y mental de los infantes y que de no superar ello podría tornarse en estado crónico cuando este llegue a la etapa de la adolescencia o adultez.

Según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), refiere que debido a la pandemia del COVID 19, uno de cada siete infantes, lo cual comprende 332 millones de niños a nivel mundial, han cumplido con el confinamiento estricto durante un periodo de nueve meses desde el momento en que se emitieron las recomendaciones para prevenir el contagio del virus, ello ha afectado la salud físico emocional de esta nueva generación. Es necesario resaltar que muchos niños viven en un ambiente violento, donde aprecian y son víctimas de abuso, ello debido al mayor tiempo de permanencia en casa ha ocasionado un alto nivel de estrés, ansiedad y depresión en los niños.

En nuestro país, la pandemia del COVID 19 ha ocasionado el confinamiento de todos los estudiantes, dando inicio a una educación virtual, esto trajo como consecuencia que muchos niños se aislen, evitando el contacto social con sus compañeros y amigos, aunado a ello, la monotonía, rutina diaria, enfermedades y muerte de sus familiares, ocasionando que sientan frustración, ansiedad y estrés.

Según el Ministerio de salud (MINSA) y la UNICEF, a través de un estudio determinaron que, a finales del año 2020, seis de cada 10 niños cuyas edades no superaban los 18 años, mostraban indicadores de problemas emocionales y también conductuales, esto implicaba llanto, irritabilidad, inquietud, dificultad para tranquilizarse, se alteran fácilmente, evitaban relacionarse con nuevas personas. Esto se hizo más notorio en los niños y niñas cuyas edades oscilaban entre los 18 meses y 5 años.

Según la Encuesta Demográfica de Salud Familiar (ENDES) la pandemia ha ocasionado una serie de modificaciones en cuanto al desarrollo del infante, respecto al apego mamá y bebé, se redujo del 46%, en el año 2019 a 41% correspondiente al año 2020. Referente a los infantes de dos a seis años, se apreció una disminución en cuanto al manejo de sus emociones y control de conductas mostrando en el año 2020 un 32,7%, cuando anteriormente en el año 2019 era un 35,9%. Respecto a la violencia tanto verbal como física de parte de los padres hacia los hijos de un año a 5 años, esta se mantiene con un 34,4% que aplica correcciones hacia sus hijos por medio de golpes. Todo ello ha ocasionado altos indicadores de estrés en el infante.

Por lo descrito en cada párrafo y considerando la actual situación por la que atraviesan nuestros infantes, en cuanto al confinamiento, escasas relaciones sociales y actividades lúdicas, aunado a ello las diversas problemáticas que viven las familias en la actualidad, se plantea el tema de investigación denominado *Estrés Infantil en estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021*.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema General

¿Cuál es el nivel de estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cuál es el nivel de manifestaciones psíquicas del estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021?

¿Cuál es el nivel de manifestaciones físicas del estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021?

¿Cuál es el nivel de manifestaciones culturales del estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021?

1.3. Formulación de objetivos

1.3.1. Objetivo General

Determinar el nivel de estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021.

1.3.2. Objetivos específicos

Determinar el nivel de manifestaciones psíquicas del estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021.

Determinar el nivel de manifestaciones físicas del estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021.

Determinar el nivel de manifestaciones conductuales del estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021.

1.4. **Justificación**

La presente investigación planteó como objetivo determinar el nivel de estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021. Considerando lo mencionado, la presente investigación se justifica en recopilar información concerniente al estado emocional y conductual del niño del nivel inicial, en este caso con niños de 5 años. El instrumento percepción parental sobre el estrés infantil ha permitido conocer los niveles de manifestación psíquicas, físicas y conductuales que muestran los niños en la situación actual, considerando los puntos explicados en la descripción problemática donde se considera importante la influencia del confinamiento en el hogar, el aislamiento de las relaciones sociales y los diversos problema que pasan muchas familias en cuanto al maltrato físico y psicológico; y como todo ello desarrolla en el niño un estrés infantil. Los resultados permitirán dar a conocer a la comunidad estudiantil las implicancias de los aspectos mencionados en la salud mental del niño, así mismo, permitirá a través de la coordinación de tutoría o pedagogía, el desarrollo de estrategias que ayuden a desarrollar una adecuada inteligencia emocional en los miembros del hogar de todos los estudiantes de la institución.

1.5. Delimitación del estudio

Según Arias (2016) todo problema de investigación tiene que poseer una adecuada delimitación. En ella se consideran aspectos importantes como las facilidades y limitaciones respecto al desarrollo del estudio de las variables. Arias define a la delimitación como un conjunto de elementos plasmados en la formulación del problema, los cuales permitirán la explicación de la misma: el espacio, tiempo, periodo, además de considerar la población y/o muestra.

Delimitación del espacio: hace referencia al lugar donde se desarrolló la investigación, en este caso, en una Institución Educativa Estatal, ubicada en el distrito de Sayán, provincia de Huaura, departamento de Lima.

Delimitación del tiempo: hace referencia al periodo durante el cual se desarrolló la investigación en este caso, el presente proyecto se ejecutó durante el periodo noviembre 2021 a febrero del año 2022.

Delimitación de la población: el presente estudio básico descriptivo consideró una población de 119 estudiantes del nivel inicial, distribuidos en cuatro aulas de cinco años: rojo, amarillo, turquesa y anaranjado. Del total de la población, se consideró aplicar el muestreo probabilístico por conveniencia, debido a que en la actualidad la educación es modalidad virtual, para trabajar así con una muestra del 39% de la población, es decir 46 estudiantes.

1.6. Viabilidad del estudio

Según Rojas (2002) la viabilidad o factibilidad de una investigación consiste en analizar y explicar detalladamente la posibilidad de desarrollar el proyecto considerando diversos aspectos como el económico, medios y materiales, apoyo del personal humano, facilidades y otros que puedan hacer posible la ejecución de la investigación. Para el sustento del mismo se considera que el presente estudio es viable por las siguientes razones:

El presente proyecto de investigación cuenta con el permiso y/o autorización de parte de la dirección y/o coordinación del nivel inicial de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021, además, de las facilidades brindadas por las docentes de aula, quienes tienen conocimiento del desarrollo de la investigación, además ellas fueron el nexo entre las investigadoras y padres de familia para la selección y aplicación del instrumento a la muestra.

El presente estudio es viable en cuanto a su contenido, pues existe información de investigaciones previas sobre la variable estrés infantil, además cuenta con un respaldo teórico científico, ya que se tiene acceso a información bibliográfica de estudiosos y reconocidos personajes sobre aspectos relevantes a la variable. Además de contar con un instrumento validado y adaptado a la realidad de la población.

Finalmente, el presente trabajo de investigación es viable en cuanto al aspecto económico, debido a que las investigadoras se hicieron cargo de los gastos para el desarrollo del mismo. Es decir, fue autofinanciado.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

A continuación, se presenta los antecedentes relacionados a la variable a investigar:

2.1.1. Internacionales

Choque, A. (2020) realizó la investigación cuyo propósito fue determinar la relación entre resiliencia y estrés en los niños afectados por maltrato. La metodología del estudio se basó en el diseño no experimental, enfoque cuantitativo, tipo de investigación correlacional. La muestra estuvo conformada por 37 infantes del albergue transitorio municipal "Bicentenario Bolivia Solidaria", cuyas edades comprendían los seis a doce años. El instrumento empleado fue la escala de depresión, ansiedad y estrés, la aplicación del mismo se dio a través del aplicativo RESIES. Los resultados permitieron afirmar la predominancia de la muestra en el nivel de estrés severo, esto se relaciona a un deterioro en el estado emocional de los niños, así mismo ello puede afectar significativamente, a largo plazo, en el desarrollo psicosocial de los infantes.

Aguilar, L. (2019) realizó un estudio cuyo objetivo consistió en caracterizar el perfeccionismo según el sexo, el tipo de institución educativa ya sea pública o privada, y los niveles de estrés. Referente a la metodología, el estudio fue de tipo descriptivo comparativo, se desarrolló bajo el diseño transversal. La muestra estuvo conformada por 342 educandos de la ciudad de Caracas, los cuales se dividieron en dos grupos de género: 163 varones y 179 mujeres cuyas edades comprendían entre los 11 y 15 años. El

instrumento que se empleó fue el cuestionario sobre fuentes de estrés infantil. Los resultados permitieron concluir que la mayor parte de la muestra se encuentra en un nivel de estrés alto y con un puntaje elevado en perfeccionismo.

Lara, C., Mena, L. (2019) desarrollaron una investigación cuyo objetivo fue determinar la relación entre niveles de estrés y las funciones mentales superiores implicadas en los procesos de aprendizaje en niños y niñas que fueron víctimas de maltrato. La metodología empleada se centra en el enfoque cuantitativo, diseño de investigación transversal, de tipo correlacional. La muestra estuvo conformada por el 100% de la población, es decir 40 infantes de ambos géneros cuyas edades oscilaban entre los siete y once años pertenecientes al Hogar “Fundación Don Bosco” en la ciudad de Ambato. Se empleó como instrumento, para medir la variable estrés en los niños, el inventario de estrés cotidiano IEIC. Los resultados permitieron llegar a la conclusión que existen altos niveles de estrés, considerado “grave” en las escalas familiar como también escolar.

Chiluisa, A. (2019) realizó la tesis cuyo objetivo planteado fue identificar la influencia del estrés escolar en la concentración de los estudiantes de educación básica media de la Unidad Educativa San José La Salle. El estudio se desarrolló bajo el enfoque metodológico cualitativo y cuantitativo, se ubica dentro de la investigación de campo. La población a encuestar estuvo conformada por 11 estudiantes cuyas edades oscilaban entre los ocho a 11 años. Se empleó como instrumento el test de Intervalo de estrés cotidiano infantil IIEC. En cuanto a la variable estrés infantil, los resultados permitieron concluir que el 68% de la muestra no presenta problemas de estrés, mientras el 26% muestra un nivel leve de estrés

y solo un 6% se encuentra en un nivel grave el cual afecta su desarrollo psicológico, y por ende su rendimiento académico y crecimiento personal.

Aguilar, L (2017) realizó una investigación cuyo propósito fue caracterizar el estrés en una muestra de niños caraqueños, poniendo énfasis en identificar los eventos estresantes prevalentes. Referente a la metodología, la investigación pertenece al estudio descriptivo, diseño no experimental, transversal. En cuanto a la muestra, estuvo conformada por 171 estudiantes de ambos géneros, cuyas edades comprendían entre los 11 y 15 años, los cuales debían tener como criterio de inclusión el estar cursando el sexto grado de educación primaria de una institución educativa de Caracas. Como técnica se utilizó la encuesta, el instrumento empleado fue un cuestionario sobre fuentes de estrés infantil para niños y adolescentes. Los resultados permitieron llegar a la conclusión que en la dimensión estrés familiar, respecto a la muestra conformada por niñas, se encuentran en un nivel alto en comparación a los varones. Respecto a la familia, los resultados determinan que los problemas familiares son predominantes en el surgimiento de estrés en ambos géneros.

2.1.2. Nacionales

Ali, S., Cupe, J. (2019) desarrollaron una investigación cuyo objetivo fue determinar la relación entre estrés infantil y el rendimiento académico en comprensión lectora en los estudiantes del primer grado de la de la Institución Educativa N° 40129 Manuel Veramendi e Hidalgo, Arequipa 2019. La metodología detalla un enfoque cuantitativo, nivel de investigación aplicada, tipo de investigación descriptivo correlacional, el diseño fue no experimental. Respecto a la población, estuvo conformada por 27 educandos pertenecientes al primer grado de primaria. Se empleó como instrumento el test IECI,

Inventario de estrés cotidiano para medir la variable estrés infantil. Al culminar la investigación se llegó a la conclusión que el 63% de la muestra se encuentra en un nivel bajo referente a la variable estrés, esto significa que los niños disfrutaban de sus actividades diarias; seguido de un 25,9% de la muestra que se encuentra en un nivel moderado de estrés en el ámbito familiar, escuela y salud. Por último un 11,1% de la muestra se encuentra en un alto nivel de estrés.

Caycho, Y., Olivera, K. (2019) realizaron una investigación cuyo objetivo general fue conocer la relación estadísticamente significativa entre estrés y percepción del clima escolar en alumnos del 4to al 6to grado de primaria de una institución educativa particular. La metodología comprende el estudio transversal, de tipo investigación descriptivo correlacional. El muestreo empleado fue el no probabilístico por conveniencia, el cual permitió determinar una muestra conformada por 162 educandos pertenecientes a los grados cuarto, quinto y sexto, del nivel primaria, con criterio de inclusión: ambos géneros y edades entre nueve y doce años. La muestra perteneció a una Institución educativa privada del distrito de Villa El Salvador. Se empleó como técnica la encuesta, de la misma se desprende el instrumento inventario de estrés infantil. Al finalizar la investigación, se concluyó que la muestra se encuentra en un nivel medio de la variable estrés. Respecto al análisis de resultados de las dimensiones, se determinó que la muestra posee un porcentaje elevado en la dimensión estrés familiar en comparación a la dimensión de estrés escolar.

Mamani (2019) realizó un estudio de nivel postgrado el cual planteó como objetivo determinar el grado de relación del estrés infantil y las tareas escolares en niños de cuatro y cinco años de la Institución Educativa Inicial “Santiago de Ríos” N° 761 Juliaca – Puno

2017. En cuanto a la metodología, el estudio pertenece al enfoque cuantitativo, tipo descriptivo básico. El diseño establecido fue el correlacional transversal. Se empleó la encuesta como técnica de recolección de información, el instrumento fue un test sobre percepción parental del estrés infantil. La muestra estuvo conformada por el 100% de la población la cual comprendió 80 niños de ambos géneros. Los resultados permitieron concluir que el 41% de los educandos pertenecientes a las aulas del nivel inicial cuyas edades eran cuatro y cinco años, muestran un nivel moderado en la variable estrés, en cuanto a la dimensión manifestación física, esta se encuentra en un nivel alto con un 65% de la muestra, al igual que las dimensiones psicológicas y conductuales.

Gonzales, M. Malca, V. (2018) realizaron una investigación cuyo propósito fue determinar la relación entre inteligencia emocional y estrés infantil en estudiantes varones del quinto y sexto grado del nivel primario de una Institución Educativa de Cajamarca. Respecto a la metodología, el estudio pertenece a un tipo de investigación descriptivo correlacional, diseño no experimental. El muestreo aplicado fue el no probabilístico, intencional, ello permitió la selección de una muestra conformada por 304 educandos pertenecientes a las aulas de sexto grado, cuyas edades se encontraban entre los 10 y 12 años. En cuanto a los instrumentos, se emplearon el test sobre el conocimiento emocional y el inventario de estrés cotidiano infantil (IECI). Los resultados permitieron concluir, en cuanto a la variable estrés infantil, que el 74% de la muestra seleccionada se encuentra en el nivel bajo; respecto a las dimensiones de la misma, la muestra presenta un alto nivel de estrés en el ámbito familiar, en segundo lugar, en la escuela y finalmente en el ámbito problemas salud y psicosomáticos.

Otazú (2016) desarrolló una investigación cuyo objetivo fue identificar la existencia de una relación entre el estrés infantil y rendimiento académico en estudiantes varones y mujeres de 4 años de la I.E. Cuna Jardín N° 264, perteneciente al distrito de Urubamba. Referente a la metodología, la investigación es de tipo descriptivo correlacional, por ende, se desarrolló bajo el diseño descriptivo simple. El investigador consideró una muestra de 47 padres de familia de los niños de cuatro años, se empleó como instrumento de evaluación una encuesta sobre el estrés infantil. Los análisis de los resultados permitieron concluir que los estudiantes de la muestra presentan un nivel alto de estrés lo cual está desencadenando un bajo rendimiento académico, en cuanto a las dimensiones manifestación psíquica, física y conductuales, se encuentran en un nivel grave, repercutiendo significativamente en el rendimiento académico de los niños el cual se encuentra en un nivel bajo.

2.2. Bases Teóricas Científicas

2.2.1. Definición de Estrés

Hans Selye (1935) considerado el representante máximo del estudio sobre el estrés, denominado síndrome general de adaptación, define al estrés como la respuesta no específica que manifiesta nuestro organismo ante las exigencias del mundo, los cuales se expresan como síntomas en nuestro sistema fisiológico. El estrés es una reacción ante la presencia de estresores. Selye explicó tres etapas por las cuales la persona se adapta al estrés:

1. **Alarma** de reacción del cuerpo ante la presencia del estresor.
2. El cuerpo se empieza a **adaptar**, reaccionando ante la presencia del estresor.

3. Debido a la duración e intensidad del estresor, el cuerpo empieza a sentirse agotado y las defensas se ven afectadas.

El término estrés proviene del griego *stringere* el cual significa “*provocar tensión*”

Melgosa, J. (1997) refiere que el estrés es la respuesta brindada por nuestro organismo ante las demandas, lo cual implica un estado de tensión psíquica debido a que el cuerpo se prepara para atacar o escapar de una situación problemática. Además, sostiene que el estrés tiene dos elementos: el primero lo conforman aquellos eventos que causan la tensión psicológica, a ello se le denomina *estresores o agentes estresantes*; el segundo llega a ser las reacciones que manifiesta el hombre ante estos estresores, esto es denominado *respuesta al estrés*.

Guerrero, B. (1999) manifiesta que el origen del estrés se inicia con la presencia de estímulos sociales y físicos que provoca que el hombre no pueda enfrentarse y/o satisfacer las demandas que se le presentan, de acuerdo al tiempo que se le exige para su cumplimiento. Esto ocasiona una desorganización entre los recursos que posee el hombre y las demandas existentes.

Lazarus y Folkman (1984) refieren que el estrés surge de la relación entre las situaciones y/o eventos y el hombre; donde la situación es considerada como algo que afecta el bienestar físico y psicológico del hombre.

La real Academia de la Lengua Española (RAE, 2017) define el término estrés como aquella rigidez, dureza o resistencia que siente el hombre causada por eventos y/o

situaciones angustiosas, lo cual conlleva a que la persona muestre reacciones psicossomáticas o alteraciones en su salud mental.

La organización mundial de la salud (OMS) conceptualiza al estrés como un grupo de manifestaciones de índole fisiológico que prepara a nuestro organismo para enfrentarse y lograr sobrevivir. Los cambios que se presenten en nuestras diversas actividades ya sea en el trabajo, acumulación de actividades, problemas en el hogar, etcétera, van a ocasionar la manifestación de determinados síntomas los cuales en su conjunto se denominan estrés.

El ministerio de Educación del Perú (MINEDU, 2020) sostiene que el estrés es una respuesta común y natural de nuestro organismo ante aquellas situaciones y/o cambios que puedan ocurrir en nuestro medio, ello provoca que nuestros órganos se activen. La adaptación que enfrenta nuestro organismo permitirá evaluarnos y conocer si nos encontramos capaces para enfrentar el problema, en el caso de que estas no sean suficientes, aumentaría la probabilidad de un elevado nivel estrés ocasionado así malestar, es en esos momentos donde se debe recurrir al apoyo de la familia y personas de confianza.

2.2.2. Los estresores

Rivera (2013) refiere que los estresores son denominados estímulos por los cuales la persona se siente amenazada. Es necesario recordar que el estrés es considerado una respuesta o reacción ante un peligro o amenaza que puede afectar la integridad del hombre.

Sapolsky (2004) refiere que un estresor es cualquier objeto o situación que se encuentra en un ambiente y afecta la homeostasis corporal y mental, esto ocasiona que nuestro cuerpo responda ante estas situaciones con el propósito de volver al estado de homeostasis.

Características

Un estímulo es considerado un estresor cuando cumple ciertas características:

4. Son intensos
5. La duración en cuanto a su presentación
6. Debe sorprender a la persona
7. Deben ser considerado peligroso o amenazante para la persona.

Clasificación

Según Cotton (1990) los estresores se clasifican en:

8. *Estresores físicos*: son aquellos estímulos que repercuten en el cuerpo de la persona, tenemos así la temperatura alta o baja, actividades extenuantes, la contaminación ambiental.
9. *Estresores psicológicos*: son aquellos estímulos amenazantes producto de las reacciones internas del hombre, tenemos así los sentimientos, ideas, preocupaciones, pensamientos sobre dicho estímulo amenazante.
10. *Estresores psicosociales*: tiene su origen en el contexto social, proviene de las relaciones interpersonales, pueden surgir debido al contacto excesivo o por el retraimiento.

2.2.3. Fases del estrés

Según Selye (1956) las fases del estrés son tres:

Fase de alarma

11. El cuerpo reconoce al estímulo estresor, lo empieza a percibir
12. La persona se prepara para enfrentar la situación o huir de la misma.
13. Los neurotransmisores epinefrina y norepinefrina estimulan los nervios que conforman el sistema simpático.

Fase de resistencia

14. La persona intenta afrontar la situación y adaptarse a ella.

15. El metabolismo se incrementa, los músculos se tensan.

16. La transpiración disminuye

17. Se genera el trastorno debido al nivel de estrés

Cuando la situación amenazante a la que la persona se enfrenta se prolonga, los recursos que posee el cuerpo tienden a disminuir, ello ocasiona un debilitamiento en los mecanismos de defensa a nivel psicológico e intelectual del hombre. En muchos casos la autoestima se ve afectada y por ende se empieza a deteriorar sus relaciones sociales.

Fase de agotamiento

18. En esta fase los órganos pueden verse afectados.

19. El ritmo cardíaco se acelera

20. Puede ocasionar depresión, trastorno de despersonalización y otras afectaciones psicológicas.

2.2.4. Fuentes de estrés

Según Rivera (2013) son fuentes de estrés:

Fuentes Ambientales:

21. Contaminación sonora

22. Largas distancias desde un punto a otro

23. Temor a ser atacado debido a la delincuencia

24. Los desastres naturales

Fuentes familiares

25. Problemas de los miembros del hogar: padres, hijos.

26. Ausencia de uno de los progenitores

27. Deceso de algún miembro de la familia.

Personales

28. Desconfianza y sentirse inseguro

29. Pensamientos distorsionados

30. Afrontamiento a los exámenes

Laborales

31. Remuneración baja

32. Exigencias y presiones laborales

33. Discusiones e incompatibilidad con los compañeros de trabajo

Interpersonales

34. Dificultad para comunicarse

35. Ser impuntual

36. Dificultad para expresarse en público

2.2.5. El estrés en la infancia

González (2014) conceptualiza al estrés infantil como las manifestaciones y/o expresiones de índole físico, psíquico y conductual, estas pueden tener un origen psicológico y biológico. El punto de partida de estas expresiones son aquellas situaciones que le son complicadas afrontar a los niños alterando así su equilibrio emocional y fisiológico. (Homeostasis)

Castillo (2010) define al estrés infantil como un estado de tensión que siente el infante a consecuencia de la adaptación que afronta el niño a situaciones y/o nuevo entorno social.

El proceso de adaptación del niño involucra cambios permanentes, por ende, se realiza un análisis de sus necesidades, perspectivas, sentimientos e intereses.

Seiffge-Krenke; Wagner, Compas y Howell, citados por Trianes, Blanca, Fernández, Escobar, Maldonado y Muñoz. (2009) refieren que el estrés, cuando es constante, puede afectar el desarrollo psico emocional del niño o niña. El estrés cotidiano está comprendido como un conjunto de eventos cuya frecuencia es alta, pero de baja intensidad, sin embargo, ello aumenta la predisposición de que haya una afección en el bienestar físico y emocional del niño.

Estresores según el ámbito de aparición

Según Trianes, citado por Baena (2007) los niños y niñas, en etapa escolar, pueden enfrentar estresores cuya frecuencia es constante, es decir cotidianos, y estos se presentan en tres contextos: salud, escuela y familia.

37. Salud: Baena (2007) refiere que los malestares físicos, hospitalizaciones, enfermedades en el niño o algún integrante de la familia, son importantes estresores para este. También la preocupación por el peso, forma y talla del cuerpo, es decir imagen corporal, es uno de los estresores más resaltantes en los adolescentes (Trianes et al., 2012).

38. Escuela: es considerado uno de los ámbitos más frecuentes de estímulos estresores en los niños (as), involucran los aspectos relacionados a la formación académico y a las interacciones sociales con sus pares (de Anda et al., citado en Baena, 2007). A continuación, se detalla algunos eventos considerados generadores de estrés para los niños en formación escolar:

Autopercepción negativa sobre su capacidad académica, ello puede ocasionar una afección en el auto concepto y por ende en el aprendizaje y rendimiento del niño.

Dificultad para lograr aprendizajes y rendimiento académico bajo, estos aspectos pueden generar estrés en los niños, aunado a ello las comparaciones que pueden sufrir de parte de su entorno, un control sobre sus actividades de recreo, etc. Son también estresores relacionados a este punto las notas bajas que pudiese presentar el niño o niña, aumento de las exigencias escolares y las preocupaciones sobre su futuro en la escuela.

Es importante mencionar las repercusiones que tiene una escasa relación entre maestro y alumno, por ello, un clima en el aula lleno de tensiones, inseguridades y desconfianza puede ser un excelente estresor para los niños, la falta de diálogo, llamadas de atención por su conducta o incumplimiento frecuente delante de sus pares por parte del profesor y un alto nivel de competitividad pueden también ocasionar un alto nivel de estrés manifestado no solo en malestares físicos y emocionales sino también en la aparición de conductas disruptivas.

En cuanto a las relaciones interpersonales con sus compañeros de clase, la presencia de actos de violencia física o verbal, acoso escolar y un inadecuado clima social entre pares, son considerados estresores para el niño. (Baena, 2007). También son considerados estresores, los cambios de grado o sección, la transición de niveles de inicial a primaria y de primaria a secundaria, cambio de maestro, reforzamiento de cursos por haber desaprobado, exigencias académicas, entre otros. (Trianes et al., 2014).

Familia: constituye el eje fundamental en la formación del niño; es la encargada de satisfacer las necesidades vitales del infante; sin embargo, en ella también encontramos estímulos estresores, como son:

39. El estado de salud de los padres y/o hermanos
40. Las discusiones entre los padres y/o demás integrantes de la familia.
41. Inadecuado estilo de crianza: sobreprotección y permisividad
42. Conflictos familiares: separación, divorcio de los padres.
43. Violencia familiar, sea física o verbal
44. Pérdida de alguno de los miembros de la familia
45. Problemas económicos y laborales que afectan a los miembros de la familia.
46. Nacimiento de un nuevo miembro en la familia (hermano)
47. Cambio de domicilio
48. Escaso tiempo de los padres para compartir con sus hijos.

Del Barrio (citado por Vogel, 2005) refiere que los estresores surgen de acuerdo a la edad de los niños, reforzando dicha apreciación, Richaud (2005) sostiene que los infantes aumentan su nivel de estrés por ciertos acontecimientos familiares, apego inseguro o ansioso. En el caso de los escolares, sus estresores generalmente se encuentran en el ambiente escolar y sus relaciones interpersonales con los compañeros de clase. En el caso de los adolescentes, los estresores que le afectan se centran en la imagen corporal y sus relaciones sociales con el género opuesto.

2.2.6. Signos e indicadores del estrés

Según el MINEDU (2020) el estrés en los niños implica la presencia de una serie de malestares no solo físicos sino también psicológicos, muchos de estos síntomas varían en

cuanto a su frecuencia e intensidad, este es de acuerdo a la personalidad del niño, niña o adolescente:

49. Se siente agotado, con fatiga o cansancio extremo
50. El niño se siente irritable, con mal humor o se muestra enojado y frustrado
51. Muchos muestran niveles altos de ansiedad: sudoración en las manos, preocupaciones excesivas sobre el futuro, sueño, dolor de cabeza y sensación de taquicardia.
52. Alteraciones en el consumo de alimentos, puede haber aumento o disminución del apetito
53. Algunos niños tienen problemas para dormir, pesadillas.
54. Se muestran desconfiados
55. Algunos niños se muestran agresivos, muchas veces su mal humor e irritabilidad está asociada a la frustración de que alguna actividad no haya salido como el esperaba.

2.2.7. Síntomas del estrés en niños

En los niños, el estrés es más que enfrentar un evento nuevo o dificultoso, este repercute en su comportamiento, pudiéndose apreciar cambios en la conducta del niño. Dentro de los síntomas del estrés en niños, tenemos:

Síntomas físicos: cefalea, alteración del apetito, enuresis, alteraciones de sueño, malestares estomacales.

Síntomas emocionales o comportamentales: los niños pueden sentir ansiedad, y esta se manifiesta a través de sus temores, dificultad para estar tranquilo y relajado, preocupaciones, conducta agresiva, dificultad para controlar sus emociones. Puede surgir

el mecanismo de defensa de regresión, el cual consiste en regresar a una etapa anterior de su desarrollo, ausentismo en eventos sociales.

Síntomas cognitivos: disminución de la capacidad para concentrarse, alteraciones de memoria, desconfianza e inseguridad de sí mismo, dificultad en la toma de decisiones, pensamientos negativos enfocados en hechos catastróficos.

2.2.8. Manifestaciones del estrés infantil

Cols & Allegret (2010) refieren que el estrés en el infante presenta tres manifestaciones, las mismas que son expresadas por indicadores que permiten conocer el nivel de estrés que posee un infante. Tenemos los siguientes:

56. Manifestaciones Psíquicas: según Gonzales (2014) son conductas que se esperan en los infantes, las cuales afectan el área psicológica del mismo. Los indicadores son seis:

Desmotivación

Irritabilidad

Ansiedad

Tedio

Desconcentración

Labilidad afectiva

57. Manifestaciones físicas: según Gonzales (2014) están referidas a las conductas que se esperan en los infantes relacionados a expresiones físicas y motoras. Se muestran en cinco indicadores:

Alteración del sueño

Alteración en número de comidas

Malestar

Dolor de cabeza

Proceso digestivo

58. *Manifestaciones conductuales:* según Gonzales (2014) hace referencia a las conductas que manifiestan los niños en relación a su entorno social, básicamente la familia y escuela. Se evalúan a través de cuatro indicadores:

Rechazo a la escuela

Agresividad

Responsabilidad

conflicto

2.2.9. Consecuencias del estrés infantil

- Según Berrio y Mazo (2011) niveles elevados de estrés pueden provocar afectaciones en la salud de los niños y niñas, además de influir negativamente en el rendimiento escolar de los mismos.
- Escobar, Trianes y Fernández (2012) refieren que los niveles altos de estrés pueden afectar la autopercepción del niño, ocasionando así inseguridad, desconfianza de sí mismo y baja autoestima. Así mismo refiere que esta puede afectar las relaciones sociales con sus pares y maestros, el surgimiento de conductas violentas, irritabilidad y actitud desafiante y negativa hacia el contexto escolar. Los infantes con niveles elevados de estrés pueden tener disminuida su capacidad para una atención sostenida, así mismo puede presentar problemas

para poder concentrarse y dificultad en recuperar la información de sus esquemas mentales (memoria).

- Naranjo (2009) asocia al estrés con enfermedades como la depresión, así mismo refiere que este puede ser el causante de pensamientos o intentos suicidas. Así mismo sostiene que el estrés puede ocasionar la aparición de tartamudez y la dificultad para la expresión de ideas. Además, refiere que el estrés puede afectar algunas funciones ejecutivas como la comprensión y razonamiento, solución de conflictos y emisión de juicios.
- Melgosa (2009) refiere que el estrés puede ocasionar alteración en el funcionamiento de algunos órganos del cuerpo.
- Martines y Otero (2012) sostienen que el estrés en los niños puede provocar un incremento en sus errores, no cumplir con sus actividades académicas y/o cotidianas, además de disminuir la motivación y desinterés en sus actividades.

2.2.10. Trastornos relacionados con el estrés

Nuestro sistema nervioso, y demás órganos de nuestro cuerpo, debido al surgimiento de situaciones estresantes, puede ocasionar en el niño malestares como dolor de cabeza, alteraciones gástricas, dolor y/o adormecimiento de hombros y espalda, manos y pies con temperatura baja, en algunos casos hipertensión, ataques de pánico y preocupación excesiva. Los trastornos asociados a altos niveles de estrés son:

Trastorno de ansiedad: surge debido al estrés que puede tener el niño. Dicho trastorno puede tratarse con intervención psicoterapéutica y farmacológica.

Trastorno de adaptación: sus características son las siguientes:

- Es una alteración a nivel psicológico, caracterizado por sensaciones de angustia, expresados en la alteración de la conducta; todo ello debido a la respuesta ante la presencia de un estresor. Puede tener una duración de tres meses.
- Los estresores son considerados como experiencias: muerte de alguno de los miembros del hogar, separación y/o divorcio de los padres, bajo rendimiento académico, nacimiento de un hermano, etc.
- Según el DSM IV, este trastorno puede presentar uno de los tres estados de ánimo: depresión, expresado por medio del llanto o sensación de desesperanza; ansiedad, el niño manifiesta sentirse nervioso, preocupado o muestra inquietud; y alteración de la conducta, la cual puede expresarse a través del no acatamiento de normas y reglas

2.2.11. Estrés y resiliencia

Las situaciones estresantes forman parte de la vida del infante, la mayoría a medida que viven esas experiencias aprenden a afrontarlos. Sin embargo, cuando los niveles de estrés son elevados, pueden ocasionar problemas psicológicos. El secuestro y maltrato infantil, son dos de los problemas que más estrés ocasiona en un niño, pueden tener consecuencias no solo en el aspecto físico sino también en el área psicológica del infante.

Elkin, D. (1998) citado por Papalia, D. (2011) denominó al niño en la actualidad como “apresurado”, refiere que las exigencias actuales obligan a que el niño crezca rápido, ocasionando así que su niñez sea estresante. Por ejemplo, respecto a las escuelas, muchos padres esperan que el niño logre todos los objetivos propuestos en el área académica y cumplan con cada una de las responsabilidades otorgada por ellos. Además de enfrentar situaciones sobre problemática de sus padres no gozando de su propio desarrollo como niño.

Muchos padres cambian a sus hijos de colegio constantemente por múltiples razones, ello provoca que los niños tengan que abandonar a sus amigos y maestros y empezar de cero. Debido a que estos niveles de estrés son altos en muchos niños, podría llegar a ocasionar ciertos trastornos de ansiedad, la mayoría de los niños tienen temor al peligro y a morir; esto es debido a que en los medios de comunicación y/o redes sociales se observa un alto nivel de inseguridad y delincuencia. Muchos niños debido a esas preocupaciones no pueden dormir o sufren de dolores de cabeza, tienen problemas de concentración, otros se vuelven inseguros y temerosos de tener nuevos amigos.

Las reacciones que muestra un niño frente a sucesos estresantes se dan en dos etapas:

Primera etapa: miedo, incredulidad, dolor y alivio en el caso de que su círculo cercano al que él tiene afecto no haya recibido daño.

Segunda etapa: ocurre después del suceso, pasado los días o semanas, el niño puede desarrollar ansiedad, retraimiento, insomnio, ideas pesimistas sobre su futuro. Si estos síntomas tienen una duración mayor a un mes, se debe acudir a un especialista.

Los niños resilientes: son aquellos niños que toman con calma y fortaleza las situaciones estresantes, o tienden a superar rápidamente la ansiedad que ocasionaron los estresores. Los factores protectores que ayudan a los infantes a superar los niveles de estrés y desarrollar el afrontamiento son las relaciones familiares adecuadas y/o positivas, y el funcionamiento cognoscitivo. Masten (1998).

Los niños resilientes:

- Tiene una buena relación y comunicación con ambos o uno de sus padres, tutor o adulto, toma conciencia de que no se encuentra sólo y puede acudir a ellos ante algún problema, es decir siente que tiene un apoyo emocional.

- Tienen un coeficiente intelectual elevado, muestran facilidad para resolver situaciones complejas, saben protegerse, regulan su conducta por medio del autocontrol.

También son considerados factores protectores:

- *La personalidad del niño:* en cuanto a su personalidad, los niños resilientes tiene buenas habilidades sociales, muestran independencia y autonomía. Se sienten competentes y poseen una adecuada autoestima. Son niños con mucha creatividad e ingenio. Cuando se sienten estresados, pueden regular dichas sensaciones cambiando de foco atencional, es decir se dirigen hacia otros estímulos que no sean aversivos o estresores.
- *Las experiencias compensatorias:* una buena relación con sus compañeros de colegio, actividades académicas productivas, deportes, talleres de música y/o demás situaciones que impliquen interacción con sus compañeros, pueden ayudar a disminuir los efectos de las situaciones estresantes que vive el niño en su hogar.
- *Riesgo reducido:* los niños que han sido expuestos a un factor de riesgo como separación y/o discusiones de sus padres, maltrato psicológico, delincuencia en la familia, tienden a superar el estrés a comparación de aquellos niños que son expuestos a más de un factor de riesgo.

2.2.12. Prevención del estrés infantil

Del Barrio (2010) refiere que el estrés infantil se puede prevenir considerando lo siguiente:

Prevención Primaria

El estrés en el infante existe, por ende, este debe ser tratado a tiempo, es decir actuar desde su detección temprana. Generalmente los estresores iniciales se encuentran en la familia, por ende, las tareas preventivas deben centrarse en la dinámica familiar del infante. Esto se inicia fomentando un adecuado diálogo entre el niño y su madre, también procurar una adecuada relación entre los miembros del hogar, orientar a una adecuada expresión de las emociones, modelar comportamientos asertivos en el niño y brindar orientaciones a los padres para tratar adecuadamente la conducta de los niños. Todo ello ayudará a prevenir el surgimiento de situaciones que generen estrés, además de propiciar estrategias que permitan afrontar estas situaciones.

Prevención secundaria

Los especialistas recomiendan la terapia cognitivo conductual, además Bruce, et al. (2001) refieren que existen programas como:

Actividad física: los ejercicios físicos y/o actividades motoras de agrado del infante son recomendables para disminuir los niveles de estrés. La actividad física es una de las principales estrategias que se aplican ante situaciones estresantes.

La Alexitimia: referida como la falta de capacidad para expresar las emociones. Está asociada a la acumulación de tensión causada por el estrés. Antes de que un niño pueda expresar sus emociones, es necesario enseñarlas a reconocer aquellas que son negativas o positivas, y hablar sobre ellas. El primer paso es enseñarles a los infantes a que puedan reconocer los síntomas del estrés y los motivos que la causan, así mismo brindar psico

educación para que las expresiones de sus emociones sean adecuadas, empleando la técnica del autocontrol.

Racionalización de agendas: usualmente los niños tienen una vida llena de actividades debido al alto nivel de energía propia de su edad, sin embargo, muchas de estas actividades deben cumplir un rol de responsabilidad cuando son encomendadas por sus padres, maestros y/o otras personas de mayor jerarquía, elevando así la tensión en el niño. Suprimir actividades que no sean agradables y/o importantes para el niño ayudarán a reducir los niveles de estrés.

Generar autoeficacia: ello permitirá que el niño tenga estrategias que le permitan poder enfrentarse a las situaciones complejas que le generen estrés y desarrollar aquellas competencias con las que el infante aún no cuenta (habilidades sociales, académicas, deportivas, etc.)

2.3. Definición de términos básicos

Adaptación: consiste en el proceso por el cual el niño ajusta su conducta a un contexto determinado. (Sarason y Sarason, 1996).

Alexitimia: considerado como un conjunto de características de índole psicológico, cognitivo y comportamental, que implican la dificultad en cuanto para reconocer, emplear y verbalizar las emociones. (García-Esteve et al., 1988)

Ansiedad: definida como una reacción de índole emocional que implica el surgimiento de tensiones, preocupaciones, excitaciones corporales y activación del sistema nervioso autónomo. (Spielberger, 1984).

Escuela: es considerado uno de los ámbitos más frecuentes de estímulos estresores en los niños (as), involucran los aspectos relacionados a la formación académico y a las interacciones sociales con sus pares (de Anda et al., citado en Baena, 2007).

Estrés: son manifestaciones de índole fisiológico que prepara a nuestro organismo para enfrentarse y lograr sobrevivir. Los cambios que se presenten en nuestras diversas actividades ya sea en el trabajo, acumulación de actividades, problemas en el hogar, etcétera, van a ocasionar la manifestación de determinados síntomas los cuales en su conjunto se denominan estrés. (Organización Mundial de la salud).

Estrés infantil: es un estado de tensión que siente el infante a consecuencia de la adaptación que afronta el niño a situaciones y/o nuevo entorno social. El proceso de adaptación del niño involucra cambios permanentes, por ende, se realiza un análisis de sus necesidades, perspectivas, sentimientos e intereses. (Catillo, 2010)

Estresores: denominado a cualquier objeto o situación que se encuentra en un ambiente y afecta la homeostasis corporal y mental, esto ocasiona que nuestro cuerpo responda ante estas situaciones con el propósito de volver al estado de homeostasis. (Sapolsky, 2004).

Familia: conjunto de personas que mantiene una determinada afinidad, estos laos pueden ser de sangre, por situaciones de adopción, enlace matrimonial. (Organización Mundial de la salud, 2014).

Infancia: origen del latín infant que significa incapacidad de hablar). Etimológicamente los infantes son aquellos que no tienen la capacidad del habla. La infancia es la etapa comprendida desde el nacimiento hasta antes de los siete años. (Real academia de la lengua española).

Percepción parental: son acciones específicas que tienen un determinado objetivo, implica el rol que desempeña un padre en cuanto a sus responsabilidades como tal. (Darling y Steinberg, 1993).

Resiliencia: hace referencia a aquellas personas cuya evolución, ante una situación estresante, es favorable. Es decir, se logran adaptar y continuar con sus actividades (Rutter, citado por Manciaux, 2001)

2.4. Hipótesis

Los estudios referidos a investigaciones descriptivas, no requieren el planteamiento de hipótesis, esto es a razón de que en estos estudios no se puede predecir el comportamiento humano, tomando en cuenta que cada persona se desenvuelve de manera diferente en diversos contextos y/o situaciones. Una razón de la no formulación de hipótesis en este tipo de investigaciones, es también, la escasa información sobre antecedentes de la variable y dimensiones relacionadas a la aplicación del instrumento. Esto se da en el caso de los estudios descriptivos (Kerlinger, 1975)

Los estudios de tipo descriptivo son referentes para el desarrollo de estudios explicativos, por ende, no se da el planteamiento de hipótesis debido a que el problema no ha sido abordado de manera profunda en cuanto a su explicación descriptiva. (Jiménez, 1998).

2.5. Operacionalización de variables

Tabla 1

Operacionalización de variable Estrés infantil

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	VALORACIÓN	NIVELES
ESTRÉS INFANTIL Es un estado de tensión que siente el infante a consecuencia de la adaptación que afronta el niño a situaciones y/o nuevo entorno social. El proceso de adaptación del niño involucra cambios	MANIFESTACIONES FÍSICAS Según Gonzales (2014) están referidas a las conductas que se esperan en los infantes relacionados a expresiones físicas y motoras	Alteración del sueño	1, 4, 7, 10,	SI = 1 NO = 2	<ul style="list-style-type: none"> • Normal • Medio • Alto
		Alteración en número de comidas	13, 16, 19,		
		Malestar	22, 25 28,		
		Dolor de cabeza	31, 34, 37,		
		Proceso digestivo	39, 41, 43,		
			44, 45		
	MANIFESTACIONES PSÍQUICAS Según Gonzales (2014) son conductas que se esperan en los infantes, las cuales afectan el área psicológica del mismo.	Desmotivación	2, 5, 8, 11,		
		Irritabilidad	14, 17, 20,		
		Ansiedad	23,26, 29,		
		Tedio	32, 35,38,		
		Desconcentración	40, 42		
		Labilidad afectiva			

permanentes,
por ende, se
realiza un
análisis de sus
necesidades,
perspectivas,
sentimientos e
intereses.

(Catillo, 2010)

MANIFESTACIONES

CONDUCTUALES

Según Gonzales (2014) hace referencia a las conductas que manifiestan los niños en relación a su entorno social, básicamente la familia y escuela.

Rechazo a la escuela	3, 6, 9, 12,
Agresividad	15, 18, 21,
Responsabilidad	24, 27, 30,
conflicto	33, 36

Validación del Instrumento Según Hernández et al. (2014), "la validez, en términos generales, se refiere al grado en que un instrumento mide realmente la variable que pretende medir" (p. 200).

CAPÍTULO III:

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1.Diseño Metodológico

El presente trabajo de investigación pertenece al tipo de investigación descriptiva. Según este estudio perteneciente a la investigación cuantitativa, tiene como propósito narrar como se presenta el hecho, problema o fenómeno, así como abordar los puntos más resaltantes del mismo como sus definiciones y características, es decir se enfoca en los puntos más importantes del fenómeno a analizar. Pretende medir y obtener información sobre la variable a investigar y sus dimensiones con el propósito de describir lo que se obtiene. (Hernandez, Fernandez y Baptista, 2006)

Respecto al diseño de investigación, el presente estudio pertenece al diseño no experimental. Esto debido a que no se realizará la manipulación ni inferencia en las variables. Estos tipos de estudio no pretenden ver el efecto de una variable sobre otra, más, se centra en observar y medir las variables y sus respectivas dimensiones en su estado natural, tal cual se presentan en la realidad. En los diseños no experimentales, el investigador observa los eventos que existen, no ejerciendo control ni influencia sobre ellos. Es de tipo transeccional o transversal porque se obtiene los datos o información en un determinado momento. (Hernández y Mendosa, 2018)

3.2.Población y muestra

3.2.1. Población

La población estuvo conformada por niños y niñas de las aulas de cinco años de la Institución Educativa Estatal N° 21544- 651- Sayán, 2021.

3.2.2. Muestra y Muestreo

La muestra estuvo conformada por 46 niños y niñas pertenecientes al aula de cinco años de la Institución Educativa Estatal N° 21544- 651- Sayán, 2021.

Referente al *muestreo*, para designar el tamaño de la muestra se utilizó el muestreo no probabilístico por conveniencia.

Tabla 2

Población y Muestra

NIVELES	CANTIDAD DE ALUMNOS	PORCENTAJE
Población: niños y niñas de las aulas de 5 años de la Institución Educativa Estatal N° 21544- 651- Sayán, 2021.	5 años rojo = 29	
	5 años amarillo = 30	
	5 años turquesa = 30	100%
	5 años anaranjado= 30	
TOTAL: 119 estudiantes		
Muestra: niños y niñas de 5 años pertenecientes a las aulas amarillo y turquesa de la Institución Educativa Estatal N° 21544 -651- Sayán, 2021.	TOTAL: 46 estudiantes	39%

Nota: Datos obtenidos del listado de alumnos matriculados en el año académico 2021 de la Institución Educativa Estatal N° 21544 -651- Sayán, 2021.

3.3. Técnicas de recolección de datos

Para la ejecución del presente trabajo de investigación se empleó la técnica de la encuesta.

La encuesta es un procedimiento estandarizado que se desarrolla en la investigación, el cual tiene como propósito recoger y analizar la información obtenida de una muestra que representa a una población o universo. A través de la encuesta se puede explorar, describir, predecir y explicar las características del problema. (García, 1993)

La presente investigación empleó como instrumento de medición el cuestionario de percepción parental sobre el estrés infantil de Gonzales (2014). Dicho instrumento tiene como propósito medir el nivel de estrés de los infantes, así como tres dimensiones sobre el mismo: manifestaciones físicas, psíquicas y conductuales. Está compuesto por cuarenta y cinco preguntas y respuestas dicotómicas (sí) (no). La administración de este cuestionario está dirigida a los padres de familia de la muestra seleccionada.

3.4. Técnicas para el procesamiento de la información

Procesamiento manual

Para determinar el nivel de estrés infantil en los niños y niñas de las aulas de 5 años de la Institución Educativa Estatal N° 21544- 651- Sayán, 2021, se aplicó un cuestionario sobre percepción parental acerca del estrés en los niños, el cual estuvo dirigida a los 45 padres de familia de los niños que conforman la muestra. Cada padre de familia seleccionó una respuesta (sí) o (no) según la interrogante planteada sobre ciertas características expresadas en sus hijos. El instrumento consta de 45 ítems y el tiempo estimado para la resolución del cuestionario es de 15 minutos aproximadamente. Al finalizar el cuestionario, se procedió a la suma de cada respuesta con el propósito de conocer los niveles de estrés infantil. Se considerará el siguiente valor:

No = 0

Si = 1

Procesamiento Electrónico

Una vez culminada la revisión y puntuación de cada una de las encuestas aplicadas, se procedió a ingresar los datos al programa Microsoft Excel, por medio del cual se realizó la estadística descriptiva con su respectivo análisis, finalmente, los resultados fueron plasmados en tablas y gráficos estadísticos donde se detalla el nivel, frecuencia y porcentaje de la muestra evaluada.

CAPÍTULO IV:

RESULTADOS

4.1. Análisis de los resultados

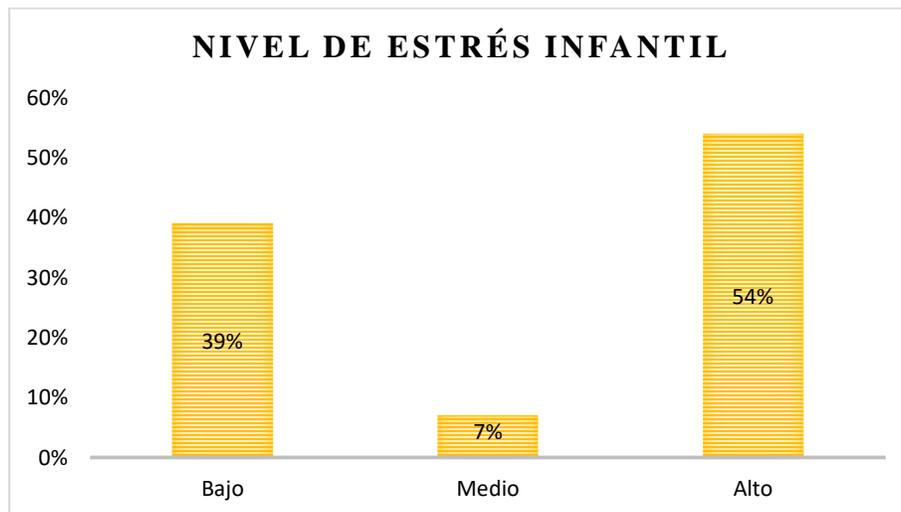
Tabla 3

Estrés infantil

	Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Bajo	18	39
	Medio	03	7
	Alto	25	54
	Total	46	100,0

Fuente: Cuestionario de Percepción Parental sobre el estrés infantil aplicado a los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021.

Figura 1



De la fig. 1, un 54% de estudiantes de 5 años del nivel inicial de la de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, alcanzaron un nivel alto en la variable estrés infantil, seguido de un 39% que se encuentran en un nivel bajo, finalmente, se aprecia que un 7% de la muestra se encuentra en un nivel medio de estrés infantil.

Tabla 4

Manifestación física

	Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Bajo	15	33
	Medio	07	15
	Alto	24	52
	Total	46	100,0

Fuente: Cuestionario de Percepción Parental sobre el estrés infantil aplicado a los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021.

Figura 2



De la fig. 2, un 52% de estudiantes de 5 años del nivel inicial de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, se ubican en el nivel alto en la dimensión manifestaciones físicas del estrés infantil, seguido de un 33% de la muestra que se encuentra en el nivel bajo, finalmente, un 15% de los estudiantes encuestados se encuentran en el nivel medio.

Tabla 5

Manifestación psíquica

	Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Bajo	18	39
	Medio	04	9
	Alto	24	52
	Total	46	100,0

Fuente: Cuestionario de Percepción Parental sobre el estrés infantil aplicado a los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021.

Figura 3



De la fig. 3, un 52% de estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, se encuentra en un nivel alto, seguido de un 39% de niños que se ubican en un nivel bajo, finalmente un 9% se encuentra en el nivel medio respecto a la dimensión manifestaciones psíquicas del estrés infantil.

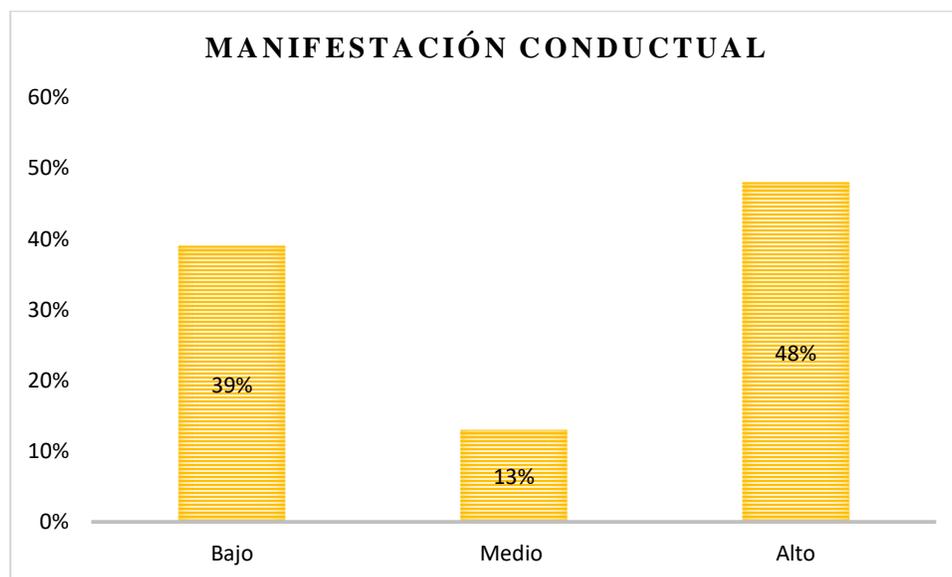
Tabla 6

Manifestación conductual

	Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Bajo	18	39
	Medio	06	13
	Alto	22	48
	Total	46	100,0

Fuente: Cuestionario de Percepción Parental sobre el estrés infantil aplicado a los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021.

Figura 4



De la fig. 4, un 48% de los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, alcanzaron un nivel alto en la dimensión manifestación conductual del estrés, seguido de un 39% de la muestra que se ubica en el nivel bajo, por último, un 13% que se encuentra en un nivel medio referente a esta dimensión.

CAPÍTULO V:

DISCUSIÓN

5.1. Discusión de resultados

Los resultados de la presente investigación responden al objetivo general formulado en el proyecto, el cual pretende determinar el nivel de estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán. Al analizar los resultados se determinó que el 54% de los estudiantes de la institución en mención se encuentra en un nivel alto de estrés infantil, ello coincide con la investigación internacional realizada por Aguilar, L. (2019), en donde se concluyó que el mayor porcentaje de los estudiantes presentaron un nivel alto de estrés, además de presentar un elevado índice en la variable perfeccionismo, es decir, los estudiantes en su mayoría presentan estados de tensión a consecuencia de la adaptación que afrontan ante situaciones y/o nuevo entorno social.

Respecto al primer objetivo específico el cual es determinar el nivel de manifestaciones psíquicas del estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, los resultados obtenidos permitieron determinar que el 52% de los estudiantes encuestados presentan un nivel alto en dicha variable, dichos resultados guardan relación con la investigación nacional realizada por Gonzales, M. Malca, V. (2018), donde se concluyó que respecto a las dimensiones de la variable estrés se presenta un nivel alto del mismo en el ámbito problemas salud y psicosomáticos. Es decir, los estudiantes presentan conductas que afectan el área psicológica del mismo.

En cuanto al segundo objetivo específico el cual es determinar el nivel de manifestaciones físicas del estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, los resultados permitieron concluir que el 52% de los estudiantes que conforman la muestra se encuentran en un nivel alto referente a la dimensión manifestación física del estrés, estos datos obtenidos coinciden con la investigación nacional realizada por Mamani (2019), donde los resultados determinaron que un 65% de la muestra, conformada por niños de cuatro y cinco años, se encuentra en un nivel alto en cuanto a la dimensión manifestación física del estrés, es decir, los estudiantes presentan conductas inadecuadas relacionadas a expresiones físicas y motoras.

Respecto al tercer objetivo específico el cual es determinar el nivel de manifestaciones conductuales del estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, al analizar los resultados se concluyó que el 48% de los encuestados presentan un nivel alto; estos resultados concuerdan con la investigación nacional realizada por Otazú (2016), el investigador consideró una muestra de 47 padres de familia de los niños de cuatro años, los análisis de los resultados permitieron concluir que los estudiantes de la muestra presentan un nivel alto de estrés, en cuanto a la dimensión manifestación conductuales, se encuentran en un nivel grave.

CAPÍTULO VI:

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones

Primero: En cuanto al objetivo general centrado en el estudio sobre el nivel de estrés infantil, se determinó que el 54% de los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán presentan un nivel alto de estrés infantil, seguido de un 39% de la muestra que se encuentra en un nivel bajo, finalmente un 7% se encuentra en un nivel medio de estrés infantil-

Segundo: En cuanto al primer objetivo específico basado en el estudio sobre la dimensión manifestación psíquica del estrés infantil, se determinó que el 52% de los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán presentan un nivel alto, seguido de un 39% de la muestra que se ubica en un nivel bajo, por último, un 9% se encuentra en un nivel medio respecto a las manifestaciones psíquicas en cuanto al estrés infantil.

Tercero: En cuanto al segundo objetivo específico centrado en el estudio de la dimensión manifestación física del estrés infantil, se determinó que el 52% de los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán se ubican en un nivel alto, seguido de un 33% de la muestra que se encuentra en un nivel bajo, mientras que un 15% presenta un nivel medio referente a las manifestaciones físicas del estrés infantil.

Cuarto: En cuanto al tercer objetivo específico basado en el estudio de la dimensión manifestación conductual del estrés infantil, se determinó que el 48% de los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán presenta un nivel alto, mientras que el 39% de la muestra se encuentra en un nivel bajo, finalmente el 13% se encuentra en un nivel medio respecto a las manifestaciones conductuales del estrés infantil.

6.2. Recomendaciones

Divulgar los resultados a la comunidad educativa: docentes, padres de familia y estudiantes con el objetivo de que se conozca los altos niveles de estrés que en su mayoría presentan los niños y se tomen medidas adecuadas para trabajar en su disminución.

Capacitar a los docentes sobre estrategias de relajación: respiración diafragmática, relajación progresiva de Jacobson, relajación sistemática, etc, con el propósito de aplicarlo en cada sesión de clase con sus estudiantes. Ello permitirá la disminución de los altos niveles de estrés en los niños y la prevención del mismo.

Realizar capacitaciones a los docentes y tutores sobre estrategias de afrontamiento al estrés a cargo de personal capacitado y especializado, para que ellos puedan hacer el efecto multiplicador hacia sus niños y padres de familia, con el propósito de trabajar tanto en el colegio como en casa y lograr así la disminución de los altos niveles de estrés infantil.

Fomentar la prevención de un incremento de nivel de estrés en los niños cuyos niveles son medio o bajo, a través de estrategias psicoeducativas, afianzando sus relaciones interpersonales y empleando el juego y el deporte como estrategias de aprendizaje.

FUENTES BIBLIOGRÁFICAS

- Arias, F. (2016) El proyecto de investigación (7° edición). Caracas: Edit. Episteme
- Davis, E., Palladino, J. (2008) Psicología (5° edición). México: Edit. Pearson Prentice Hall
- Del Barrio, V. (2010) El estrés en el niño. Revista Crítica: Atrapados por el estrés N° 968 Julio-Agosto 2010.
- García, M. (1993) *La encuesta. El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de Investigación*. Madrid: Alianza Universidad Textos, 1993; p. 141-70
- Hernández, Fernández y Baptista (2006). *Metodología de la investigación (4° edición)*. México: Edit. McGraw-hill / interamericana.
- Hernández, Fernández y Baptista (2014). *Metodología de la investigación (6° edición)*. México: Edit. McGraw-hill / interamericana.
- Hernández y Mendoza (2018). *Metodología de la investigación (1° edición)*. México: Edit. McGraw-hill / interamericana.
- Ministerio de Educación del Perú (2020) *Niños, niñas y adolescentes también sienten estrés. Aprendo en casa*. Lima: MINEDU2020
- Papalia, D., Wendkos, S., Duskin, R. (2011) Psicología del Desarrollo Humano (11° edición) México: Edit. McGraw-hill
- Rivera, J., (2013). Investigación sobre Estrés, Enfoque a Estrés Infantil. Revista electrónica en Ciencias Sociales y Humanidades Apoyadas por Tecnologías, 2(2), 62-83.
- Santrock, J. (2006) *Psicología de la Educación (2° edición)*. México: Mc Graw Hill

REFERENCIAS ELECTRONICAS

- Aguilar, L. (2019). Perfeccionismo en escolares de Caracas: Diferencias en función del sexo, tipo de institución educativa y nivel de estrés. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 11(1), 7-33. DOI: <https://doi.org/10.17533/udea.rp.v11n1a01>
- Aguilar, L. (2017). Estrés en una muestra de niños de Caracas. *Revista Katharsis*, N 24, julio-diciembre 2017, pp. 86-118, Disponible en <http://revistas.iue.edu.co/index.php/katharsis>
- Ali, S., Cupe, J. (2019) *Estrés infantil y el rendimiento académico en comprensión lectora en los estudiantes del primer grado de la de la Institución Educativa N° 40129 Manuel Veramendi e Hidalgo, Arequipa 2019*. (Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa)
<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/10957/EDcuccjm%26alpesy.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Caycho, Y., Olivera, K. (2019) *Estrés y percepción del clima escolar en alumnos del 4to al 6to grado de primaria de una institución educativa particular*. (Tesis Licenciatura, Universidad Ricardo Palma)
https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1944/T030_76511502_T%20OLIVERA%20GALDOS%20KARLA%20STEPHANIE.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Chiluisa, A. (2019) *El estrés escolar y su influencia en la concentración de los estudiantes de educación básica media de La Unidad Educativa San José La Salle, de la ciudad de Latacunga*. (Tesis Licenciatura, Universidad Tecnológica indoameicana)
<http://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/1484/1/Tesis%20Ana%20Chiluisa%20Guerra.pdf>
- Choque, A. (2020). Análisis de la correlación entre Resiliencia-Estrés en niños en situación de maltrato en el albergue transitorio municipal "Bicentenario Bolivia Solidaria" a través de una aplicación móvil. *Fides et Ratio - Revista de Difusión cultural y científica de la Universidad La Salle en Bolivia*, 19(19), 175-204. Recuperado en 20 de diciembre de 2021, de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2071-081X2020000100009&lng=es&tlng=es.

Gonzales, M. Malca, V. (2018) *Inteligencia emocional y estrés infantil en estudiantes varones del quinto y sexto grado del nivel primario de una Institución Educativa de Cajamarca*. (Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antonio Guillermino Urrelo) <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/672/TESIS%20MELISSA%20GONZALES%20%20OTINIANO%20Y%20VERONICA%20MALCA%20OSORIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Lara, C., Mena, L. (2018) *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*. (Tesis de Licenciatura, Universidad Técnica de Ámbato) <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/29516>

Mamani, B. (2019) *Relación del estrés infantil y las tareas escolares en niños de cuatro y cinco años de la Institución Educativa Inicial “Santiago de Ríos” N° 761 Juliaca – Puno 2017*. (Tesis maestría, Universidad César Vallejo) https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/34344/mamani_rb.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Merino, C. (1999), “Visión Introductoria al Estrés Infantil” <http://www.psicopedagogia.com/articulos/?articulo=177,9/Marzo/07>

Otazú, B. (2016) *Estrés infantil y el rendimiento académico en niños y niñas de 4 años de la I.E. Cuna Jardín N° 264 del distrito y provincia de Urubamba*. (Tesis segunda especialidad, Universidad Nacional del Altiplano) http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/5557/Minaya_Otaz%C3%BA_Beatriz.pdf?sequence=3&isAllowed=y

UNICEF CHILE (2021) *Por lo menos 1 de cada 7 niños y jóvenes ha vivido confinado en el hogar durante gran parte del año, lo que supone un riesgo para su salud mental y su*

bienestar. Disponible en <https://www.unicef.org/chile/comunicados-prensa/por-lo-menos-1-de-cada-7-ni%C3%B1os-y-j%C3%B3venes-ha-vivido-confinado-en-el-hogar-durante>

ANEXOS

Tabla N°03

Matriz de Consistencia: Estrés infantil en estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES	METODOLOGIA DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICA/ INSTRUMENTO
PROBLEMA GENERAL ¿Cuál es el nivel de estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021?	OBJETIVO GENERAL Determinar el nivel de estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021.	VARIABLE: Estrés infantil	TIPO DE INVESTIGACIÓN Tipo descriptiva.	Población: 119 niños y niñas de 5 años pertenecientes a la Institución Educativa Estatal N° 21544 -651- Sayán, 2021 Muestra: 45 niños y niñas pertenecientes a la Institución Educativa Estatal N° 21544 -651- Sayán, 2021	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica: Encuesta. • Instrumento: Cuestionario de percepción parental sobre estrés infantil • Autores: Gonzales (2014)
PROBLEMAS ESPECÍFICOS ¿Cuál es el nivel de manifestaciones psíquicas del estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021?	OBJETIVOS ESPECÍFICOS Determinar el nivel de manifestaciones psíquicas del estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021.	DIMENSIONES: Manifestaciones Psíquicas	DISEÑO DE INVESTIGACIÓN Investigación no experimental Transeccional Descriptivo		
¿Cuál es el nivel de manifestaciones físicas del estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021?	Determinar el nivel de manifestaciones físicas del estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021.	Manifestaciones Físicas			
¿Cuál es el nivel de manifestaciones culturales del estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021?	Determinar el nivel de manifestaciones conductuales del estrés infantil en los estudiantes de 5 años de la Institución Educativa N° 21544 - 651 – Sayán, 2021.	Manifestaciones Conductuales			

CUESTIONARIO DE PERCEPCIÓN PARENTAL SOBRE EL ESTRÉS INFANTIL

El cuestionario consta de 2 opciones Sí (1) y No (2) describiendo cuan seguido el niño realiza dichos comportamientos que describe en el cuestionario.

Calificación: Para el presente estudio, se analiza la siguiente variable: Nivel de estrés que experimenta los niños (as), podía ir de 0 a 45 puntos.

Indicadores:

- Niveles de estrés normal de 0 a 5 puntos
- Nivel de estrés medio de 6 a 13 puntos
- Nivel de estrés alto de 14 a 45 puntos

NIVEL DE ESTRÉS	MANIFESTACIONES FÍSICAS 18 ítems	1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25 28, 31, 34, 37, 39, 41, 43, 44, 45
	MANIFESTACIONES PSÍQUICAS 14 ítems	2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23,26, 29, 32, 35,38, 40, 42
	MANIFESTACIONES CONDUCTUALES 12 ítems	3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30, 33, 36

Cuestionario de percepción parental sobre el estrés infantil

AULA: _____

COLOR: _____

EDAD: _____

SEXO: _____

Instrucciones

A continuación, se presenta una serie de ítems sobre el comportamiento de su hijo en base a las 2 semanas anteriores. Lea cuidadosamente y marque con veracidad (SI / NO) según lo que observa en su niño (a).

N°	ITEMS	ALTERNATIVAS	
		SI	NO
01	En las dos últimas semanas manifiesta desinterés al momento de hacer las tareas		
02	En las dos últimas semanas continuamente no logra conciliar el sueño		
03	En las dos últimas semanas manifiesta no querer ir a la escuela		
04	En las dos últimas semanas manifiesta fastidio para asearse los dientes		
05	En las dos últimas semanas frecuentemente demora en conciliar el sueño		
06	En las dos últimas semanas manifiesta rechazo a los compañeros de aula		
07	En las dos últimas semanas manifiesta fastidio al alistarse para ir al colegio		
08	En las dos últimas semanas continuamente se levanta una o más veces en la noche		
09	En las dos últimas semanas manifiesta rechazo a su maestra		
10	En las dos últimas semanas se pone furioso al solicitarle su ayuda		
11	En las dos últimas semanas continuamente come en la casa más de lo normal		
12	En las dos últimas semanas manifiesta conductas agresivas al momento de despertarle para ir a la escuela		
13	En las dos últimas semanas se enoja al insistirle que haga su tarea		
14	En las dos últimas semanas continuamente come golosinas y dulces más de lo normal		
15	En las dos últimas semanas manifiesta conductas agresivas al momento de decirle que haga su tarea.		
16	En las dos últimas semanas se enoja cuando presta sus cosas a otra persona		
17	En las dos últimas semanas frecuentemente viene del colegio sin ganas de comer		
18	En las dos últimas semanas manifiesta conductas agresivas cuando se le habla de sus compañeros o maestra		

19	En las dos últimas semanas manifiesta intranquilidad cuando se le habla de algún aspecto relacionado al colegio		
20	En las dos últimas semanas continuamente manifiesta malestar corporal de un momento a otro		
21	En las dos últimas semanas no quiere alistarse para ir a la escuela		
22	En las dos últimas semanas manifiesta intranquilidad cuando se le habla de sus amigos		
23	En las dos últimas semanas manifiesta frecuentemente cansancio al momento de hacer sus tareas		
24	En las dos últimas semanas no quiere hacer sus tareas		
25	En las dos últimas semanas manifiesta nerviosismo cuando el padre o la madre le solicita que haga su tarea		
26	En las dos últimas semanas frecuentemente manifiesta desgano al momento de solicitarle su ayuda		
27	En las dos últimas semanas manifiesta no querer asearse		
28	En las dos últimas semanas manifiesta aburrimiento al momento de hacer las tareas		
29	En las dos últimas semanas continuamente manifiesta dolor de cabeza al momento de hacer sus tareas		
30	En las dos últimas semanas da la contraria a sus padres		
31	En las dos últimas semanas manifiesta pereza cuando se le solicita su atención		
32	En las dos últimas semanas frecuentemente manifiesta dolor de cabeza al momento de hablar con sus padres		
33	En las dos últimas semanas no sigue indicaciones de la maestra		
34	En las dos últimas semanas manifiesta escaso entusiasmo para ir al colegio		
35	En las dos últimas semanas continuamente manifiesta dolor de cabeza al momento de jugar con otros niños		
36	En las dos últimas semanas manifiesta dificultades al hacer sus deberes		
37	En las dos últimas semanas manifiesta desconcentración al momento de hacer su tarea		
38	En las dos últimas semanas frecuentemente manifiesta fastidio estomacal después de comer		
39	En las dos últimas semanas manifiesta distracción cuando se le habla		
40	En las dos últimas semanas continuamente no desea ingerir alimentos		
41	En las dos últimas semanas manifiesta olvido de donde dejó algo importante		
42	En las dos últimas semanas frecuentemente manifiesta dolor de estómago luego del almuerzo		
43	En las dos últimas semanas manifiesta cambios de humor inesperados en la casa		
44	En las dos últimas semanas manifiesta cambios de humor inesperados con sus amigos		
45	En las dos últimas semanas manifiesta cambios inesperados de ánimo en el colegio		

