



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

Escuela de Posgrado

Estrés y aprendizaje en estudiantes, nivel secundaria en la Institución Educativa Santiago
Antúnez de Mayolo, Namiahuaín – 2023

Tesis

Para optar el Grado Académico de Maestro en Ciencias de la Gestión Educativa Mención
en Pedagogía

Autor

Sergio Polin Reyes

Asesor

Dr. Miguel Angel Aguilar Luna Victoria

Huacho – Perú

2025



Reconocimiento - No Comercial – Sin Derivadas - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Reconocimiento: Debe otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o su uso. **No Comercial:** No puede utilizar el material con fines comerciales. **Sin Derivadas:** Si remezcla, transforma o construye sobre el material, no puede distribuir el material modificado. **Sin restricciones adicionales:** No puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que permita la licencia.



UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN

LICENCIADA

(Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDU/CD de fecha 27/01/2020)

Indicar nombre de la Facultad/Escuela o Escuela de Posgrado

METADATOS

DATOS DEL AUTOR (ES):		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Polin Reyes, Sergio	42943135	03-03-2025
DATOS DEL ASESOR:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CÓDIGO ORCID
Aguilar Luna Victoria, Miguel Angel	17854491	0000-0003-1699-1913
DATOS DE LOS MIEMBROS DE JURADOS – PREGRADO/POSGRADO-MAESTRÍA-DOCTORADO:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CÓDIGO ORCID
Retuerto Bustamante, Filmo Eulogio	15588730	0000-0002-0341-7755
Ocrospoma Garay, Alejandro	15587120	0009-0009-9654-2755
Loza Landa, Roberto Carlos	15760787	0000-0002-9883-1130

Sergio Polin Reyes 2025-009915

ESTRÉS Y APRENDIZAJE EN ESTUDIANTES, NIVEL SECUNDARIA EN LA INSTITUCION EDUCATIVA SANTIAGO A...

-  Quick Submit
-  Quick Submit
-  DGI_Tesis Posgrado 2025

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::1:3145141033

Fecha de entrega

3 feb 2025, 3:32 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

4 feb 2025, 9:04 a.m. GMT-5

Nombre de archivo

TESIS-POLIN_REYES_al_03-02-2025.pdf

Tamaño de archivo

1.1 MB

61 Páginas

10,298 Palabras

57,038 Caracteres



Página 2 of 70 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trn:oid:::1:3145141033

20% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...




Filtrado desde el informe

- ▶ Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Exclusiones

- ▶ N.º de fuentes excluidas
- ▶ N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 17%  Fuentes de Internet
- 3%  Publicaciones
- 14%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

DEDICATORIA

A mis padres por su inmenso amor a mi persona

Sergio

AGRADECIMIENTO

A mis maestros por forjar sabiduría y personalidad en mi ser.

Sergio

RESUMEN

El proyecto “ESTRÉS Y APRENDIZAJE EN ESTUDIANTES, NIVEL SECUNDARIA EN LA INSTITUCION EDUCATIVA SANTIAGO ANTUNEZ DE MAYOLO, NAMIAHUAIN - 2023”, fue para obtener el grado de Maestro en Ciencias de la Gestión educativa de la Escuela de Postgrado de la UNJFSC- Huacho. En síntesis, el estudio tuvo un diseño descriptivo-correlacional y no experimental. Se investigó la relación entre el estrés y el aprendizaje en 44 estudiantes de secundaria de la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain-2023. Los resultados muestran una relación negativa y significativa entre estas dos variables, lo que indica que, a mayor estrés, menor es el aprendizaje de los estudiantes.

El autor

Palabras clave: Estrés, aprendizaje, procedimental, actitudinal.

ABSTRACT

The project “STRESS AND LEARNING IN SECONDARY SCHOOL STUDENTS AT THE SANTIAGO ANTUNEZ DE MAYOLO EDUCATIONAL INSTITUTION, NAMIAHUAIN-2023”, was to obtain the degree of Master in Educational Management Sciences from the UNJFSC-Huacho Graduate School. In summary, the study had a descriptive-correlational and non-experimental design. The relationship between stress and learning was investigated in 44 high school students from the I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain-2023. The results show a negative and significant relationship between these two variables, indicating that the greater the stress, the lower the student learning.

The author

Keywords: Stress, self-learning, procedural, attitudinal.

INDICE

DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO	vi
RESUMEN	vii
ABSTRACT	viii
INDICE.....	ix
INDICE DE TABLAS	xi
INDICE DE FIGURAS	xii
INTRODUCCIÓN.....	xiii
CAPITULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	14
1.1. Descripción de la realidad problemática.....	14
1.1. Formulación de problema	15
1.1.1. Problema general	15
1.1.2. Problemas específicos.....	15
1.2. Objetivos.....	16
1.2.1. Objetivo general	16
1.2.2. Objetivos específicos.....	16
1.3. Justificación de la investigación	17
1.4. Viabilidad del estudio	17
1.4.1 Evaluación Técnica	17
1.6.2 Evaluación ambiental	17
1.6.3 Evaluación Financiera	18
CAPITULO II MARCO TEÓRICO.....	18
2.1. Antecedentes	18
2.1.1. A nivel Internacional	18
2.1.2. A nivel Nacional.....	19
2.2. Bases teóricas.....	20
2.2.1. El estrés.....	20
2.2.2. El Aprendizaje	24
2.3. Bases filosóficas.....	27

2.4.	Definición de términos básicos.....	28
2.5.	Hipótesis	29
2.5.1.	Hipótesis general	29
2.5.2.	Hipótesis específicas.....	29
2.6.	Operacionalización de variables	30
CAPITULO III METODOLOGIA		31
3.2.	Población y muestra.....	31
3.2.1.	Población	31
3.2.2.	Muestra	32
3.4.	Técnicas para el procesamiento de la información	33
CAPITULO IV ANALISIS DE LOS RESULTADOS		34
4.1.	Análisis de los resultados.....	34
4.2.	Generalización entorno la hipótesis central	39
CAPITULO V DISCUSIÓN		43
5.1.	Discusión de los resultados.....	43
CAPITULO VI CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES		45
6.1.	Conclusiones	45
6.2.	Recomendaciones	46
CAPITULO VII.....		47
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS		47
5.1.	Fuentes documentales.....	47
5.2.	Fuentes bibliográficas.....	48
INSTRUMENTO 02.....		53
Matriz de consistencia		56
Matriz de datos		57

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de la variable X.....	30
Tabla 2. Operacionalización de la variable Y.....	30
Tabla 3. Población del estudio.....	32
Tabla 4. Muestra del estudio.....	32
Tabla 5. Estrés	34
Tabla 6. Dimensión cognitiva.....	35
Tabla 7. Dimensión emocional.....	36
Tabla 8. Dimensión social	37
Tabla 9. Aprendizaje.....	38
Tabla 10. El estrés y el aprendizaje	39
Tabla 11. El estrés y la dimensión cognitiva	40
Tabla 12. El estrés y la dimensión emocional	41
Tabla 13. El estrés y la dimensión social.....	42

INDICE DE FIGURAS

Figura 1. Estrés	34
Figura 2. Dimensión cognitiva	35
Figura 3. Dimensión emocional.....	36
Figura 4. Dimensión social.....	37
Figura 5. Aprendizaje	38
Figura 6. El estrés y el aprendizaje.....	39
Figura 7. El estrés y la dimensión cognitiva.....	40
Figura 8. El estrés y la dimensión emocional.....	41
Figura 9. . El estrés y la dimensión social	42

INTRODUCCIÓN

El aprendizaje es un proceso complejo que puede verse influenciado por múltiples factores, siendo el estrés académico uno de los más determinantes en el rendimiento y bienestar de los estudiantes de nivel secundaria. En la actualidad, los adolescentes enfrentan una carga académica exigente, expectativas familiares elevadas y un entorno escolar cada vez más competitivo, lo que genera altos niveles de estrés que afectan su desempeño y salud mental. Diversos estudios han demostrado que el estrés prolongado no solo deteriora la capacidad de concentración y memoria, sino que también puede desencadenar problemas emocionales y físicos, dificultando el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Ante esta problemática, la presente investigación tiene como objetivo analizar la relación entre el estrés y el aprendizaje en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, identificando los principales factores que generan tensión y su impacto en el rendimiento académico. Para ello, el **Capítulo I** describe la realidad problemática a nivel mundial, regional y local, contextualizando el fenómeno del estrés escolar y su incidencia en el proceso educativo. En el **Capítulo II**, se presentan las bases teóricas que sustentan el estudio, así como antecedentes nacionales e internacionales que permiten comprender la magnitud del problema y las estrategias aplicadas en distintos contextos.

El **Capítulo III** expone el diseño metodológico de la investigación, detallando la población, la muestra y los instrumentos utilizados para la recolección de datos. En el **Capítulo IV**, se presentan los resultados obtenidos a partir del análisis estadístico, incluyendo la descripción de los niveles de estrés en los estudiantes y su relación con el rendimiento académico. Finalmente, en el **Capítulo V**, se discuten los hallazgos de la investigación en contraste con la literatura existente, permitiendo establecer conclusiones y recomendaciones para mitigar el impacto del estrés en el aprendizaje.

A través de este estudio, se espera aportar información relevante que sirva de base para la implementación de estrategias pedagógicas y psicoeducativas orientadas a mejorar el bienestar emocional de los estudiantes y optimizar su rendimiento académico en el contexto escolar.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

El estrés, fenómeno global que afecta a personas de todas las edades, géneros, culturas y contextos socioeconómicos en todo el mundo. La carga de trabajo, los plazos ajustados, la competencia laboral y la inseguridad laboral son solo algunos de los factores que pueden contribuir al estrés en el lugar de trabajo. La inestabilidad económica, el desempleo, la deuda y la pobreza pueden generar estrés significativo en las personas y las familias. Los conflictos armados, la violencia interpersonal y la inseguridad pueden provocar estrés crónico en las comunidades afectadas.

El estrés puede tener un impacto en el aprendizaje estudiantil en todo el mundo. Cuando los estudiantes experimentan altos niveles de estrés, ya sea debido a la presión académica, problemas personales o sociales, su capacidad para concentrarse, retener información y rendir académicamente puede disminuir.

En América Latina a menudo enfrentan una alta presión para obtener buenos resultados académicos. Esta presión puede provenir de expectativas familiares, sociales y personales, así como del sistema educativo en sí. En muchos países de América Latina, la desigualdad económica y social puede aumentar el estrés entre los estudiantes. La falta de recursos, la pobreza, el desempleo y otros problemas socioeconómicos pueden afectar la capacidad de los estudiantes para concentrarse en sus estudios. La violencia en las comunidades y en las escuelas es un problema importante en algunos países latinoamericanos. Los estudiantes pueden experimentar estrés y ansiedad debido a preocupaciones sobre su seguridad personal y la de sus seres queridos.

En algunas áreas rurales o marginadas de América Latina, los estudiantes pueden enfrentar dificultades para acceder a recursos educativos adecuados, como libros de texto, tecnología y maestros calificados. Esta falta de acceso puede aumentar el estrés y afectar negativamente su rendimiento académico.

En el Perú, muchos estudiantes enfrentan una alta presión para obtener buenos resultados académicos, ya sea por expectativas familiares, sociales o personales. La competencia en el ámbito educativo puede generar estrés adicional. En muchos casos, los estudiantes peruanos provienen de familias con recursos económicos limitados, lo que puede aumentar su estrés debido a preocupaciones financieras relacionadas con los costos de la educación, la vivienda y otros gastos. Los problemas sociales, como el acoso escolar, la discriminación y las dificultades para relacionarse con sus compañeros, pueden contribuir al estrés entre los estudiantes.

Para abordar el estrés en los colegios de la región Lima, es importante implementar medidas que promuevan el bienestar emocional y mental de los estudiantes. Esto puede incluir programas de educación emocional, servicios de asesoramiento y apoyo psicológico en las escuelas, la promoción de un ambiente escolar seguro y de apoyo, así como la implementación de estrategias para reducir la presión académica y fomentar un enfoque equilibrado en la educación que valore tanto el rendimiento académico como el bienestar personal.

1.1. Formulación de problema

1.1.1. Problema general

¿Cómo se da la relación entre el estrés y el aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023?

1.1.2. Problemas específicos

¿Cómo se da la relación entre el estrés y la dimensión cognitiva del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023?

¿Cómo se da la relación entre el estrés y la dimensión emocional del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023?

¿Cómo se da la relación entre el estrés y la dimensión social del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023?

1.2.Objetivos

1.2.1. Objetivo general

Determinar la relación entre el estrés y el aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023.

1.2.2. Objetivos específicos

Establecer la relación entre el estrés y la dimensión cognitiva del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023.

Formar la relación entre el estrés y la dimensión emocional del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023.

Fija la relación entre el estrés y la dimensión social del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023.

1.3. Justificación de la investigación

1.3.1. Metodológica: Se debe destacar la importancia del estrés en estudiantes debido a su impacto en el bienestar y rendimiento académico. Puedes citar estadísticas sobre la prevalencia del estrés entre estudiantes y su influencia en la salud mental y física.

1.3.2. Teórico: La justificación teórica del estrés en estudiantes implica fundamentar la investigación en teorías relevantes que expliquen los procesos psicológicos, sociales y biológicos detrás del fenómeno del estrés en el contexto educativo. En el contexto estudiantil, el estrés puede surgir de la evaluación de situaciones académicas, sociales o personales como demandantes o sobrepasando los recursos disponibles para hacerles frente.

1.3.3. Práctico. La justificación práctica del estudio sobre el estrés en estudiantes se centra en los impactos tangibles y las implicaciones concretas que tiene el estrés en la vida estudiantil y en el desarrollo académico, social y emocional de los jóvenes.

1.4. Viabilidad del estudio

1.4.1 Evaluación Técnica

En esta tesis se consideraron los elementos requeridos por la Escuela de Postgrado de la UNJFSC de Huacho para su desarrollo.

1.6.2 Evaluación ambiental

El estudio no ha tenido un impacto ambiental negativo debido a su naturaleza académica y descriptiva.

1.6.3 Evaluación Financiera

El investigador garantizó adecuadamente el presupuesto y la financiación de la investigación.

CAPITULO II MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. A nivel Internacional

Rascón (2016) en *“El aprendizaje autodirigido en la educación superior”*. Partiendo de la hipótesis de que los estudiantes de los Grados de Ciencias de la Salud integrados en la Universidad de Girona. Se realizó un estudio observacional, descriptivo y transversal en una muestra de 1.190 estudiantes de Enfermería, Fisioterapia, Medicina y Psicología. Los resultados muestran que la percepción de los estudiantes sobre el aprendizaje autónomo es menor de lo esperado, con una baja disposición general para el autoaprendizaje (media de 143,65 puntos, cuando se requiere una puntuación superior a 150 para afirmar disposición). No obstante, se encontraron relaciones significativas entre las dimensiones del constructo de aprendizaje autónomo y las titulaciones estudiadas.

Guerrero y Retamal (2019) en *“Estrés académico en estudiantes de educación superior”*. El objetivo de esta revisión fue analizar la relevancia de determinar el estrés académico en estudiantes de educación superior. Las conclusiones señalan que el estrés académico surge de las exigencias del proceso educativo, como la carga académica, el poco tiempo de estudio y los exámenes. Esto afecta de diversas formas a los estudiantes, quienes utilizan estrategias de afrontamiento, siendo el apoyo emocional la más común. Dado el impacto del estrés académico, es necesario estudiarlo para promover la salud mental y prevenir trastornos relacionados.

Clemente (2021) en *“Estrés Académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería”*. Este estudio cuantitativo, descriptivo, comparativo y correlacional, realizado con 275 estudiantes de licenciatura en enfermería de una universidad pública en Puebla, México, tuvo como objetivo identificar la relación entre el estrés académico y la ansiedad en este grupo. Los resultados mostraron que los estudiantes presentan estrés académico y ansiedad, y que existen diferencias en estas variables por semestre. Además, se encontró una relación de efecto moderado entre el estrés académico y la ansiedad.

2.1.2. A nivel Nacional

Amaro, Ataucusi, Benavente, y Vilca (2021) en *“La educación virtual y el estrés académico en el contexto del COVID 19 de estudiantes del 6to ciclo de Arquitectura, Universidad de Piura, 2020-II”*. El estudio investigó el estrés académico experimentado por estudiantes de Arquitectura durante la educación virtual en el contexto de COVID-19. La muestra incluyó 16 estudiantes de sexto ciclo. Los resultados indican que la educación virtual provocó estrés académico debido a diversos factores, como problemas de conectividad, sobrecarga de tareas, largas horas frente a la computadora, dificultades con herramientas digitales y falta de empatía por parte de los docentes. Se concluyó que la modalidad virtual generó síntomas físicos, psicológicos y comportamentales de estrés académico en los estudiantes.

Vásquez (2022) en *“Competencias digitales y autoaprendizaje en los estudiantes de la escuela superior pedagógica de Trujillo, 2021”*. En resumen, el estudio analizó la relación entre las competencias digitales y el autoaprendizaje de los estudiantes de educación física en la Escuela Superior Pedagógica de Trujillo en 2021. Utilizando un enfoque cuantitativo, se aplicaron dos cuestionarios a 60 estudiantes de la población total para medir las variables. Los resultados indicaron una relación significativa (Rho de Spearman = 0,971) entre las competencias digitales y el autoaprendizaje de

los estudiantes. Además, se encontró que las dimensiones de las competencias digitales también se relacionan de manera similar con el autoaprendizaje.

Bendezú (2021) en "*Actitud investigativa y autoaprendizaje de los estudiantes de la especialidad de administración de una universidad privada, Lima-2020*". El estudio utilizó un método cuantitativo para analizar la relación entre la actitud investigativa y el autoaprendizaje en una muestra de 78 estudiantes universitarios. Los resultados muestran una relación positiva y moderada entre estas dos variables, con excepción de la dimensión de desinterés hacia la investigación, que presentó una relación negativa y baja. En general, se encontró que el 81% de los estudiantes tienen un nivel medio de actitud investigativa.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. El estrés

2.2.1.1. Definiciones

El estrés se define como "la respuesta inespecífica del cuerpo ante cualquier demanda externa o interna que lo desestabiliza, requiriendo un esfuerzo de adaptación" (Selye, 1974).

Según Lazarus y Folkman (1984), el estrés es "una relación particular entre la persona y el entorno que es evaluada por la persona como desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar".

Para Baum (1990), el estrés se entiende como "cualquier estímulo externo o interno que provoque una percepción de amenaza o desafío, que desencadena una respuesta emocional y fisiológica en el organismo".

Estrés académico.

Según Barraza (2006), el estrés académico se entiende como "un proceso sistémico que ocurre en los estudiantes ante situaciones académicas percibidas como amenazantes, lo que provoca un desequilibrio entre las demandas percibidas y los recursos disponibles para afrontarlas".

De acuerdo con Hernández y colaboradores (2015), el estrés académico es "una reacción emocional y fisiológica que surge frente a las presiones propias del contexto educativo, tales como las evaluaciones, la carga de trabajo y las expectativas de rendimiento".

Para Blasco et al. (2010), el estrés académico se define como "el conjunto de respuestas fisiológicas, emocionales y conductuales que experimenta un estudiante cuando percibe que las demandas escolares superan su capacidad de afrontamiento".

Importancia del estudio del estrés

El estrés es un fenómeno relevante en el ámbito educativo porque impacta directamente en el bienestar y rendimiento de los estudiantes, especialmente en niveles cruciales como la secundaria, donde las exigencias académicas y sociales comienzan a intensificarse. Comprender y abordar esta problemática tiene diversas implicancias:

Impacto en el rendimiento académico. El estrés académico puede influir negativamente en el desempeño de los estudiantes, ya que afecta su capacidad de concentración, memoria y toma de decisiones. Altos niveles de estrés no gestionados pueden llevar a dificultades para cumplir con las demandas académicas, disminuyendo el rendimiento general.

Efectos en la salud mental y física. El estrés prolongado está vinculado con problemas de salud mental como ansiedad, depresión y agotamiento emocional. Asimismo, puede causar síntomas físicos como dolores de cabeza, trastornos del sueño y debilitamiento del sistema inmunológico, afectando la calidad de vida de los estudiantes.

Relación con el abandono escolar. El estrés académico puede ser un factor determinante en la decisión de los estudiantes de abandonar la escuela, especialmente cuando sienten que las demandas académicas superan sus capacidades o recursos. Esto tiene implicaciones importantes para los sistemas educativos, que buscan garantizar la retención escolar.

Desarrollo de habilidades de afrontamiento. Estudiar el estrés académico permite identificar estrategias y recursos para que los estudiantes desarrollen habilidades de afrontamiento más efectivas. Esto incluye la implementación de programas de manejo del tiempo, técnicas de relajación y desarrollo de resiliencia, que no solo mejoran su rendimiento académico, sino que también fortalecen su preparación para enfrentar desafíos futuros.

Impulso a políticas educativas y pedagógicas. El análisis del estrés académico puede guiar a los sistemas educativos para implementar políticas y estrategias pedagógicas centradas en el bienestar integral de los estudiantes. Esto incluye reducir la sobrecarga académica, fomentar ambientes de aprendizaje inclusivos y promover programas de apoyo psicológico en las instituciones educativas.

Dimensiones del estrés

Las dimensiones del estrés académico pueden entenderse como los aspectos fundamentales que influyen en la forma en que los estudiantes experimentan y responden a las demandas escolares. A continuación, se describen cinco dimensiones clave:

Dimensión reacciones físicas. Son respuestas que encontramos en el cuerpo que pueden manifestarse de manera involuntaria o voluntaria ante diversos estímulos, como situaciones de estrés, emociones intensas o cambios en el entorno de aprendizaje. Estas reacciones pueden incluir alteraciones en el ritmo cardíaco, sudoración, tensión muscular, cambios en la postura, gestos faciales e incluso modificaciones en la coordinación motriz. Son una manifestación natural del vínculo entre el cuerpo y la mente, como en el bienestar, la concentración y el desempeño académico en los estudiantes.

Dimensión reacciones psicológicas. Son respuestas emocionales y conductuales que surgen en función de sus experiencias académicas, sociales y personales. Estas pueden manifestarse de diversas maneras, como la ansiedad ante nuevos desafíos, la motivación impulsada por el reconocimiento y el logro, la frustración cuando enfrentan dificultades en el aprendizaje, el desgano cuando pierden interés o no encuentran sentido en sus actividades escolares, y el aislamiento cuando se sienten inseguros, incomprendidos o que experimentan problemas emocionales. Estas reacciones impactan directamente en su rendimiento académico, su bienestar emocional y su desarrollo social.

Dimensión fisiológica. El estrés académico también se manifiesta en el cuerpo a través de síntomas físicos. Entre las principales respuestas fisiológicas están las alteraciones en el sueño, como el insomnio o el exceso de somnolencia debido a la preocupación constante. También son comunes los dolores de cabeza, la tensión muscular, la fatiga y problemas gastrointestinales. En situaciones más intensas, se presentan reacciones como la aceleración cardíaca o la sudoración, características del estado de alerta.

Dimensión conductual. Bajo el impacto del estrés, el comportamiento de los estudiantes puede cambiar significativamente. La procrastinación, que implica retrasar tareas importantes, es un ejemplo de cómo el agobio puede afectar la productividad. Algunos estudiantes optan por aislarse socialmente, evitando interacciones para centrarse únicamente en el estudio o evitar situaciones percibidas como estresantes. En casos más extremos, pueden surgir comportamientos

desadaptativos, como malos hábitos alimenticios, consumo de sustancias o abandono de responsabilidades académicas.

Dimensión reacciones comportamentales. Las reacciones en los estudiantes son las respuestas observadas que expresan frente a diversas situaciones académicas, sociales y emocionales dentro del entorno escolar. Estas pueden manifestarse de manera positiva, como la participación activa en las clases, la colaboración con sus compañeros y la perseverancia ante los desafíos, como la distracción constante, la agresividad, el incumplimiento de tareas o la resistencia de seguir las normas. Factores como el estado emocional, la autoestima, el ambiente familiar y escolar, así como las experiencias previas, en la forma en que cada estudiante reacciona ante el aprendizaje y la convivencia comprender estas reacciones permite a los docentes y familias identificar las necesidades, brindar apoyo oportuno y fomentar un desarrollo integral a los jóvenes.

2.2.2. El Aprendizaje

2.2.2.1. Definiciones

Según Mayer (2002), el aprendizaje es definido como "el proceso de adquirir conocimientos, habilidades, actitudes o valores mediante la experiencia, el estudio o la enseñanza, lo cual se refleja en un cambio relativamente permanente en el comportamiento".

Para Schunk (2012), el aprendizaje se comprende como "un cambio duradero en la conducta o en la capacidad para comportarse de una manera particular, que resulta de la práctica o de otras formas de experiencia directa".

Ausubel (1968) define el aprendizaje como "un proceso mediante el cual se incorporan nuevos conocimientos de forma significativa, estableciendo relaciones con los conceptos que ya se poseen en la estructura cognitiva del individuo".

De acuerdo con Illeris (2007), el aprendizaje es "un proceso complejo que combina las dimensiones cognitivas, emocionales y sociales, las cuales interactúan para generar cambios en el conocimiento y en la identidad del individuo".

2.2.2.2. Dimensiones del Aprendizaje

El aprendizaje en estudiantes puede entenderse y analizarse desde diversas dimensiones que abarcan tanto aspectos cognitivos como emocionales y sociales.

Dimensión cognitiva: Esta dimensión se refiere al proceso de adquisición, retención y aplicación de conocimientos, habilidades y conceptos. Incluye la comprensión de la información, la resolución de problemas, el pensamiento crítico, la creatividad y la capacidad para transferir lo aprendido a nuevas situaciones.

Dimensión emocional: El aprendizaje también está influenciado por las emociones de los estudiantes. Esta dimensión incluye aspectos como la motivación, el interés, la confianza en sí mismo, la autoeficacia y el nivel de estrés o ansiedad experimentado durante el proceso de aprendizaje. Las emociones pueden afectar la atención, la memoria y la capacidad de los estudiantes para aprender y recordar información.

Dimensión social: El aprendizaje no ocurre en un vacío, sino que se desarrolla en un contexto social. Esta dimensión incluye la interacción de los estudiantes con sus compañeros, maestros y otros miembros de la comunidad educativa, así como el impacto de estas interacciones en el proceso de aprendizaje. La colaboración, el trabajo en equipo, la comunicación efectiva y el desarrollo de habilidades sociales son aspectos importantes de esta dimensión.

2.2.2.3. Importancia del aprendizaje

El aprendizaje en escolares es fundamental no solo para el desarrollo académico, sino también para el desarrollo personal, social y emocional de los estudiantes. La importancia de este proceso educativo radica en varios aspectos clave:

Desarrollo de habilidades cognitivas. El aprendizaje en los escolares permite el desarrollo de habilidades cognitivas esenciales, como el pensamiento crítico, la resolución de problemas, la memoria y la capacidad de análisis. Estas habilidades son la base para adquirir conocimientos en diversas áreas y para adaptarse a nuevos desafíos, tanto en el ámbito escolar como fuera de él.

Formación integral. El proceso de aprendizaje no solo involucra el conocimiento académico, sino también el desarrollo emocional, social y moral. Los escolares aprenden a interactuar con otros, a reconocer y gestionar sus emociones, y a tomar decisiones responsables. Esta formación integral les permite prepararse para la vida adulta, donde estas habilidades son esenciales para el bienestar personal y social.

Preparación para el futuro. El aprendizaje escolar es clave para el acceso a oportunidades futuras, tanto en el ámbito laboral como en el desarrollo personal. Los conocimientos adquiridos en la escuela son la base para seguir estudios superiores y acceder a trabajos que requieren habilidades específicas. Además, en un mundo globalizado y en constante cambio, aprender a aprender se convierte en una habilidad esencial para la vida.

Desarrollo de la autoestima y motivación. El éxito académico en los escolares, cuando se logra mediante un proceso de aprendizaje positivo, contribuye al fortalecimiento de la autoestima y la autoconfianza. Sentirse capaz de aprender y superar desafíos académicos les motiva a seguir aprendiendo, fomentando una actitud positiva hacia la educación.

Reducción de la desigualdad social. El acceso al aprendizaje de calidad es una herramienta poderosa para reducir las brechas sociales y económicas. Los escolares que tienen la oportunidad de aprender en un entorno favorable desarrollan las capacidades necesarias para mejorar su calidad de vida, lo que puede generar un impacto positivo tanto a nivel individual como colectivo.

Adaptación al cambio y resiliencia. El proceso de aprendizaje también enseña a los escolares a adaptarse a nuevos entornos, tecnologías y situaciones cambiantes. En un mundo en constante evolución, la habilidad de aprender a adaptarse es crucial. A través del aprendizaje, los estudiantes también desarrollan resiliencia frente a las dificultades y aprenden a superar obstáculos con una mentalidad flexible y creativa.

2.3. Bases filosóficas

Las bases filosóficas del estrés en estudiantes pueden explorarse desde diversas corrientes de pensamiento que analizan la naturaleza humana, la educación y el desarrollo personal.

Filosofía de la educación: Los filósofos de la educación, como John Dewey o Paulo Freire, han reflexionado sobre el propósito y la naturaleza del proceso educativo. Desde esta perspectiva, el estrés en los estudiantes podría ser considerado como una consecuencia de un sistema educativo que no promueve la participación activa, el aprendizaje significativo o el desarrollo integral de los estudiantes.

Filosofía del desarrollo humano: Las teorías del desarrollo humano, como las de Jean Piaget o Erik Erikson, pueden proporcionar una comprensión del estrés en estudiantes como parte del proceso de crecimiento y desarrollo. Por ejemplo, el estrés puede surgir cuando los estudiantes enfrentan desafíos que ponen a prueba sus habilidades cognitivas, sociales o emocionales en diferentes etapas de su desarrollo.

Filosofía de la mente y la psicología: La filosofía de la mente y la psicología filosófica pueden abordar cuestiones relacionadas con la conciencia, la emoción y el

comportamiento humano. Desde esta perspectiva, el estrés en los estudiantes podría ser considerado como una respuesta emocional a situaciones percibidas como amenazantes o desafiantes, y puede ser analizado desde la perspectiva de la autoconciencia y el autocontrol.

Filosofía ética y del bienestar: Los filósofos éticos han reflexionado sobre lo que significa llevar una vida buena y ética. El estrés en los estudiantes puede ser considerado desde esta perspectiva como un obstáculo para el bienestar y la realización personal, y puede ser abordado a través de prácticas filosóficas como la ética del cuidado de uno mismo y la búsqueda de la autenticidad y la felicidad.

2.4. Definición de términos básicos.

Aprendizaje. El aprendizaje es definido como "un proceso mediante el cual se adquieren o modifican conocimientos, habilidades, actitudes y valores, y que genera un cambio relativamente permanente en el comportamiento" (Schunk, 2012).

Motivación. La motivación se entiende como "el conjunto de razones que nos llevan a realizar una acción o tarea, influenciada por factores internos y externos que promueven el esfuerzo hacia metas específicas" (Deci & Ryan, 2000).

Cognición. La cognición se refiere a "el conjunto de procesos mentales involucrados en el conocimiento, como el pensamiento, la percepción, la memoria y la resolución de problemas" (García & Fernández, 2008).

Atención. La atención es "la capacidad de seleccionar y enfocarse en estímulos relevantes, manteniendo el enfoque mental en una tarea específica y filtrando distracciones" (Posner, 2012).

Desarrollo cognitivo. El desarrollo cognitivo es "el proceso mediante el cual los individuos adquieren y refinan habilidades mentales como el pensamiento, el razonamiento, el lenguaje y la memoria a lo largo de su vida" (Piaget, 1972).

Aprendizaje significativo. El aprendizaje significativo se define como "el tipo de aprendizaje que ocurre cuando el estudiante puede relacionar nueva información con conceptos previamente aprendidos, lo que favorece la retención y comprensión profunda" (Ausubel, 1968).

Educación inclusiva. La educación inclusiva se entiende como "un enfoque educativo que promueve la igualdad de oportunidades para todos los estudiantes, independientemente de sus características, necesidades o antecedentes" (Ainscow & Miles, 2008).

2.5. Hipótesis

2.5.1. Hipótesis general

El estrés se relaciona con el aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023.

2.5.2. Hipótesis específicas

El estrés se relaciona con la dimensión cognitiva del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023.

El estrés se relaciona con la dimensión emocional del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023.

El estrés se relaciona con la dimensión social del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuaín - 2023.

2.6. Operacionalización de variables

Tabla 1. Operacionalización de la variable X

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Categorías	Intervalos
Reacciones físicas,	- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	5		4 -7
	- Fatiga crónica (cansancio permanente)			8 -11 12 -16
Reacciones psicológicas	- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	3	Bajo Medio Alto	5 -9
	- Aislamiento de los demás			10 -14
	- Desgano para realizar las labores escolares			15 -20
Reacciones comportamentales.	- Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)	6		5 -9
				10 -14 15 -20
	Estrés	14		16 -31 32 -47 48 -64

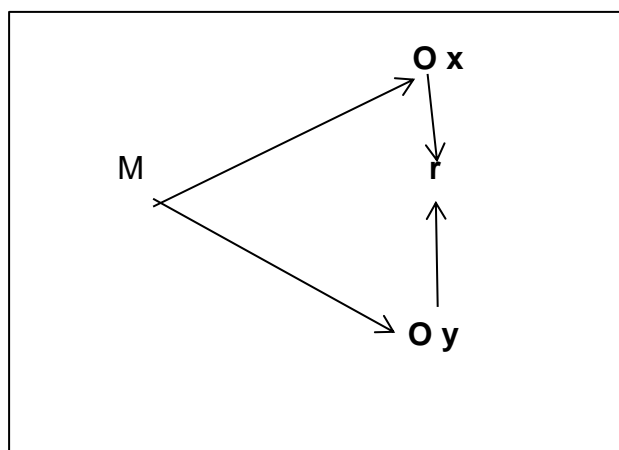
Tabla 2. Operacionalización de la variable Y

Dimensiones	Indicadores	Ítem	Categorías	Intervalos
Dimensión cognitiva	<ul style="list-style-type: none"> Desafíos académicos Aplican lo aprendido 	5		
Dimensión emocional	• Emociones para concentrarse	5	Bajo Medio Alto	5 - 9
	• Capacidad para trabajar en equipo			10 - 14 15 - 20
Dimensión social	<ul style="list-style-type: none"> Relaciones interpersonales Promover un ambiente social 	5		
	El aprendizaje	15		15 - 29 30 - 44 45 - 60

CAPITULO III METODOLOGIA

3.1. Diseño metodológico

La investigación corresponde a un diseño transeccional o transversal, basada en la observación de las variables en un punto dado.



Denotación:

M = Población

Ox = Observación a la Vx.

Oy = Observación a la Vy.

r = Relación entre variables.

3.2. Población y muestra

3.2.1. Población

La población fue de 44 estudiantes de la I.E Santiago Antúnez de Mayolo del distrito de Gorgor, provincia de Cajatambo.

Tabla 3. Población del estudio

Ciclo	Cantidad
1° grado	6
2° grado	10
3° grado	5
4° grado	12
5° grado	11
Total	44

3.2.2. Muestra

La muestra será toda la población en estudio

Tabla 4. Muestra del estudio

Ciclo	Cantidad
1° grado	6
2° grado	10
3° grado	5
4° grado	12
5° grado	11
Total	44

3.3. Técnicas de recolección de datos

Encuestas o cuestionarios. Es una técnica de recolección de datos muy utilizada, especialmente en investigaciones cuantitativas. Consiste en formular un conjunto de preguntas estandarizadas a un grupo de personas. Las encuestas pueden ser administradas en formato papel, en línea o por teléfono. Son útiles para obtener datos sobre opiniones, actitudes, comportamientos o características demográficas.

Ventajas: Permite recopilar datos de un gran número de personas de manera eficiente. Es fácil de analizar si las preguntas son cerradas.

Desventajas: Pueden existir sesgos de respuesta, especialmente si las preguntas no son claras o si hay una falta de sinceridad en las respuestas.

3.4. Técnicas para el procesamiento de la información

Estadística descriptiva: Se enfoca en la descripción y presentación de los datos de manera comprensible, sin hacer inferencias o generalizaciones.

Estadística inferencial: Se basa en la probabilidad para hacer generalizaciones o predicciones sobre una población a partir de los datos de una muestra.

CAPITULO IV ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

4.1. Análisis de los resultados

Tabla 5. Estrés

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Alto	14	31,8
	Bajo	17	38,6
	Medio	13	29,5
	Total	44	100,0

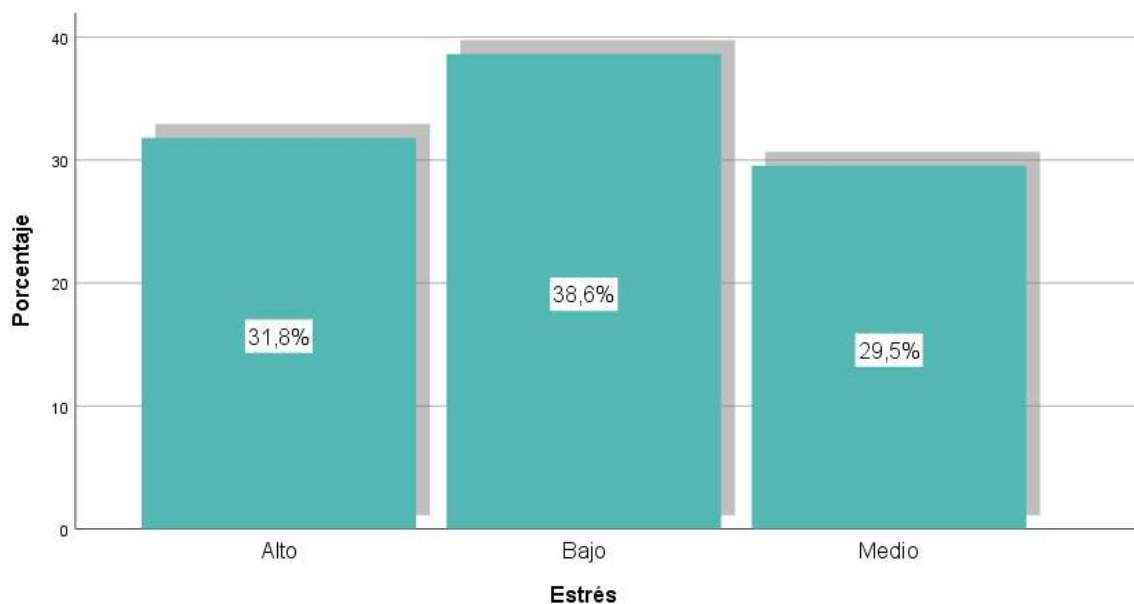


Figura 1. Estrés

Según el estudio realizado en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023, el 38,6% de los estudiantes de secundaria presentaron un nivel bajo de estrés, el 31,8% un nivel alto y el 29,5% un nivel medio.

Tabla 6. Dimensión cognitiva

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Alto	19	43,2
	Bajo	10	22,7
	Medio	15	34,1
	Total	44	100,0

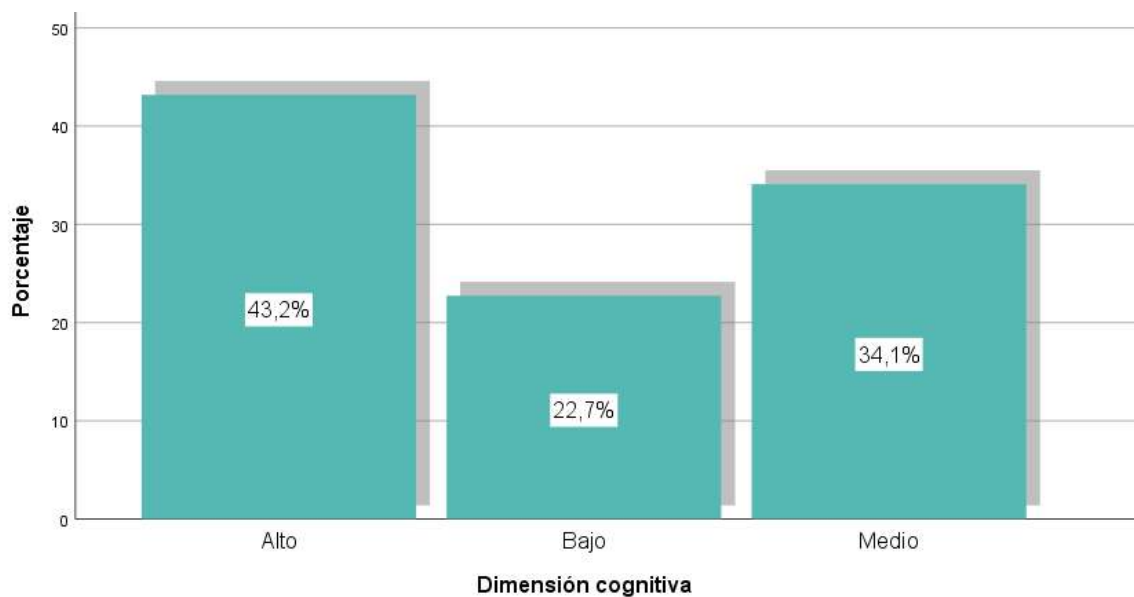


Figura 2. Dimensión cognitiva

De acuerdo con la figura 2, en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuaín - 2023, el 43,2% de los estudiantes de secundaria alcanzaron un nivel alto en la dimensión cognitiva del aprendizaje, el 34,1% lograron un nivel medio y el 22,7% obtuvieron un nivel bajo.

Tabla 7. Dimensión emocional

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Alto	11	25,0
	Bajo	14	31,8
	Medio	19	43,2
	Total	44	100,0

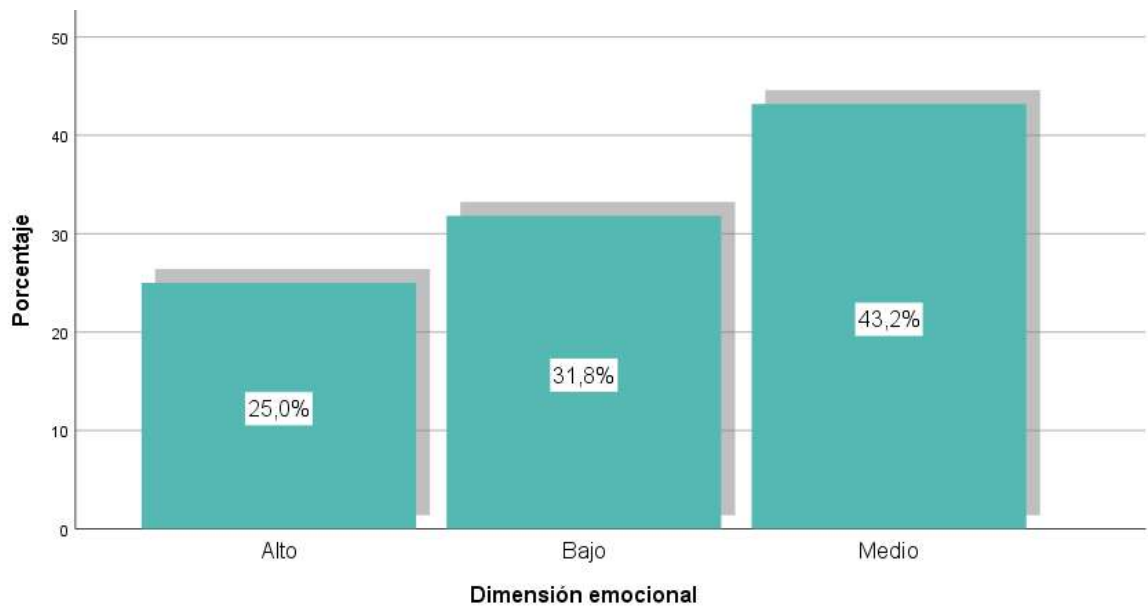


Figura 3. Dimensión emocional

De acuerdo al estudio realizado en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023, el 43,2% de los estudiantes de secundaria alcanzaron un nivel medio en la dimensión emocional del aprendizaje, el 31,8% lograron un nivel bajo y el 25,0% consiguieron un nivel alto.

Tabla 8. Dimensión social

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Alto	11	25,0
	Bajo	13	29,5
	Medio	20	45,5
	Total	44	100,0

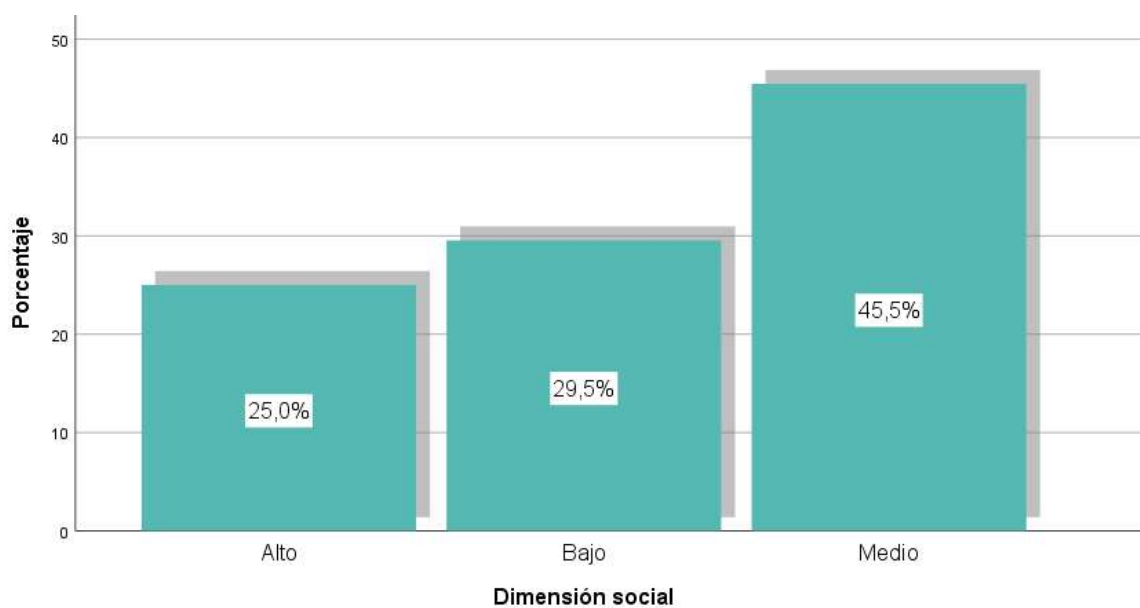


Figura 4. Dimensión social

Según el estudio realizado en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023, el 45,5% de los estudiantes de secundaria alcanzaron un nivel medio en la dimensión social del aprendizaje, el 29,5% lograron un nivel bajo, y el 25% consiguieron un nivel alto.

Tabla 9. Aprendizaje

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Alto	12	27,3
	Bajo	10	22,7
	Medio	22	50,0
	Total	44	100,0

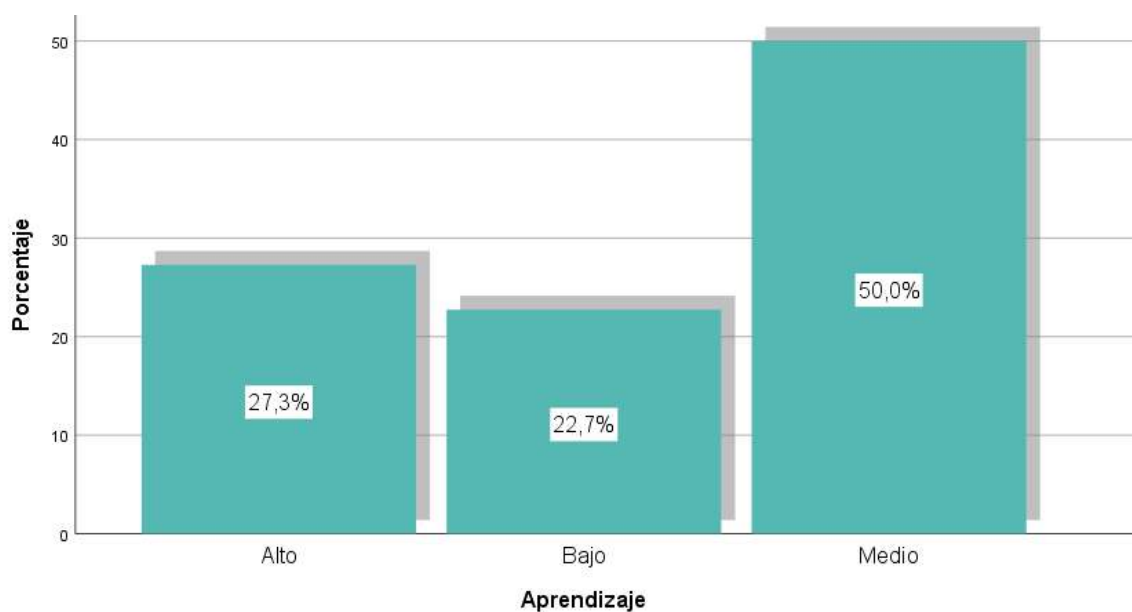


Figura 5. Aprendizaje

De acuerdo a los datos, el 50,0% de los estudiantes de secundaria de la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuaín - 2023, alcanzaron un nivel medio de aprendizaje, mientras que el 27,3% obtuvo un nivel alto y el 22,7% un nivel bajo.

4.2. Generalización entorno la hipótesis central

Hipótesis general

Ha: El estrés se relaciona con el aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuaín - 2023.

Ho: El estrés no se relaciona con el aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuaín - 2023.

Tabla 10. El estrés y el aprendizaje

Correlaciones

		Estrés	Aprendizaje
R de Spearman	Estrés	Coficiente	1,000
		Significancia	.
		n	44
	Aprendizaje	Coficiente	-,835**
		Significancia	,000
		n	44

El análisis indica una correlación negativa significativa ($r=-0,835$, $p<0,05$) entre el estrés y el aprendizaje en estudiantes de secundaria de la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuaín - 2023, lo que sugiere una relación inversa de magnitud muy buena entre estas variables.

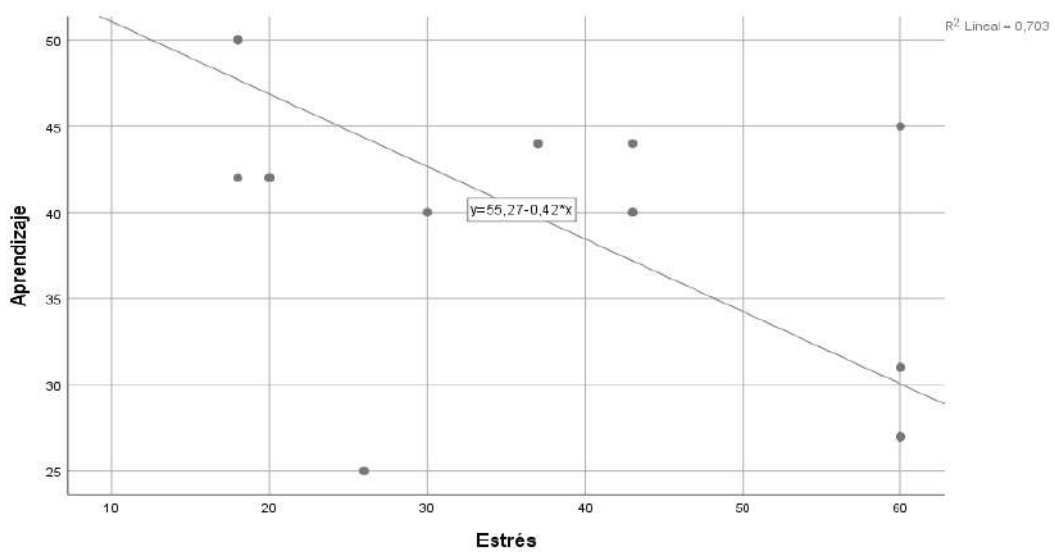


Figura 6. El estrés y el aprendizaje

Hipótesis específica 1

Ha: El estrés se relaciona con la dimensión cognitiva del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023.

Ho: El estrés no se relaciona con la dimensión cognitiva del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023.

Tabla 11. El estrés y la dimensión cognitiva

Correlaciones

		Estrés	Dimensión cognitiva
Rho de Spearman	Estrés		
	Coeficiente	1,000	-,704**
	Significancia	.	,000
	n	44	44
	Dimensión cognitiva		
	Coeficiente	-,704**	1,000
Significancia	,000	.	
n	44	44	

El estudio encontró una relación negativa significativa ($r=-0,704$, $Sig<0,05$) entre el estrés y la dimensión cognitiva del aprendizaje en estudiantes de secundaria de la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain – 2023, lo que indica que la magnitud de la relación, es buena.

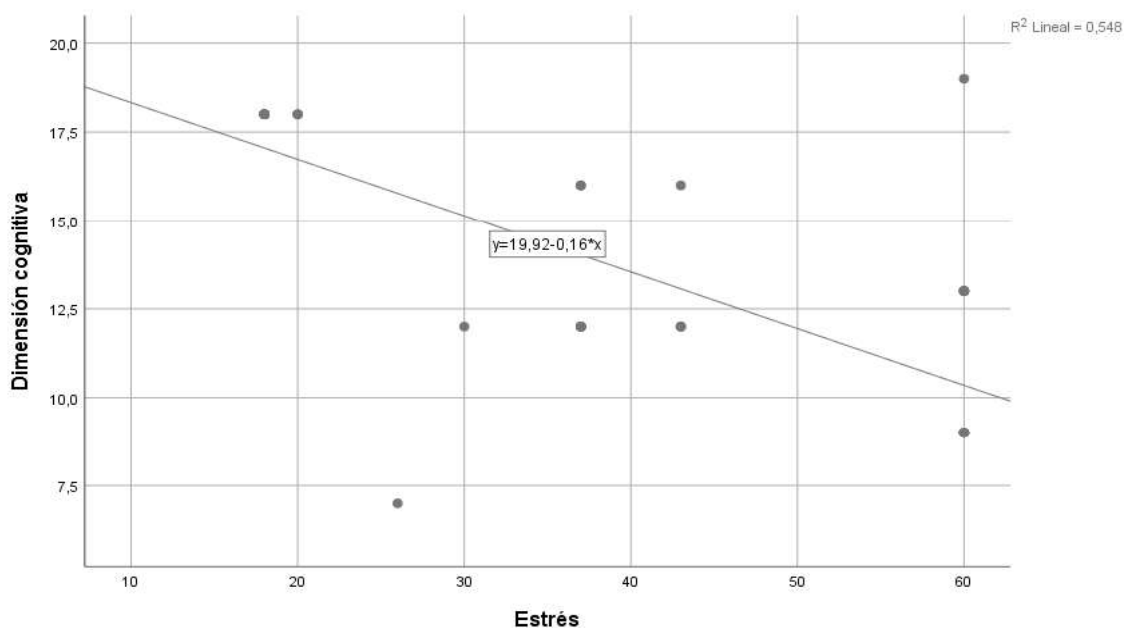


Figura 7. El estrés y la dimensión cognitiva

Hipótesis específica 2

Ha: El estrés se relaciona con la dimensión emocional del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023.

Ho: El estrés no se relaciona con la dimensión emocional del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023.

Tabla 12. El estrés y la dimensión emocional

Correlaciones

		Estrés	Dimensión emocional
Rho de Spearman	Estrés	Coefficiente	1,000
		Significancia	,000
	n	44	
	Dimensión emocional	Coefficiente	-,796**
		Significancia	,000
		n	44

La evidencia indica que existe una relación negativa significativa ($r=-0,796$, $\text{Sig}<0,05$) entre el estrés y la dimensión emocional del aprendizaje en estudiantes de secundaria de la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023, lo que indica que la magnitud de la relación, es buena.

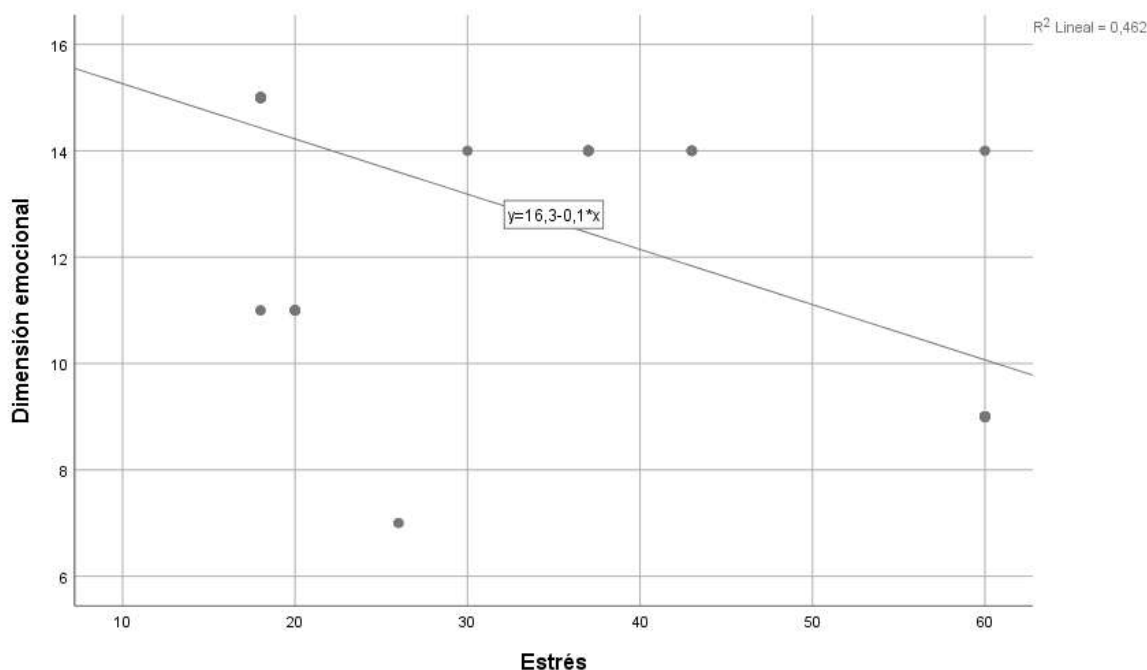


Figura 8. El estrés y la dimensión emocional

Hipótesis específica 3

Ha: El estrés se relaciona con la dimensión social del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023.

Ho: El estrés no se relaciona con la dimensión social del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023.

Tabla 13. El estrés y la dimensión social

Correlaciones

			Estrés	Dimensión social
Rho de Spearman	Estrés	Coefficiente	1,000	-,865**
		Significancia	.	,000
		n	44	44
	Dimensión social	Coefficiente	-,865**	1,000
		Significancia	,000	.
		n	44	44

El estudio muestra una correlación negativa significativa ($r=-0,865$, $\text{Sig}<0,05$) entre el estrés y la dimensión social del aprendizaje en estudiantes de secundaria de la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023, lo que indica que la magnitud de la relación, es buena.

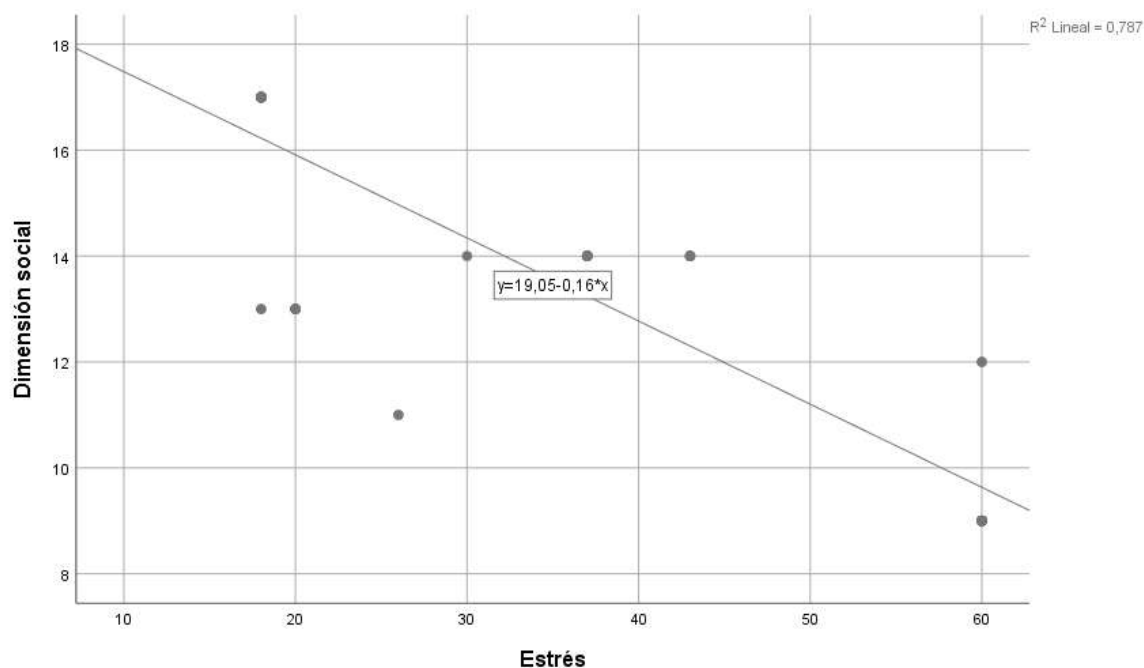


Figura 9. El estrés y la dimensión social

CAPITULO V

DISCUSIÓN

5.1. Discusión de los resultados

El estrés académico es un fenómeno cada vez más presente en el ámbito educativo, especialmente en los estudiantes de nivel secundario. En un contexto de altos niveles de exigencia, los jóvenes se enfrentan a múltiples desafíos, como el manejo de su tiempo, la presión por obtener buenos resultados académicos y las expectativas sociales y familiares. Estos factores pueden generar una respuesta emocional y física en los estudiantes, afectando no solo su bienestar, sino también su capacidad de aprendizaje y desempeño académico.

El estrés académico, cuando se vuelve crónico o excesivo, puede tener consecuencias negativas, como el deterioro de la salud mental, la disminución de la motivación y la concentración, e incluso el desarrollo de trastornos de ansiedad o depresión. Sin embargo, también es importante reconocer que el estrés, en niveles moderados, puede ser un motor de motivación y mejora del rendimiento académico, dependiendo de cómo se maneje.

Habiéndose contrastado la hipótesis central se evidencia estadísticamente que existe relación negativa significativa entre el estrés y el aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuaín - 2023, siendo de una magnitud muy buena. La asociación es de magnitud muy buena. Similares resultados se muestran en los trabajos presentado por Rascón (2016) en “El aprendizaje autodirigido en la educación superior”. Partiendo de la hipótesis de que los estudiantes de los Grados de Ciencias de la Salud integrados en la Universidad de Girona. Se realizó un estudio observacional, descriptivo y transversal en una muestra de 1.190 estudiantes de Enfermería, Fisioterapia, Medicina y Psicología. Los resultados muestran que la percepción de los estudiantes sobre el aprendizaje autónomo es menor de lo esperado, con una baja disposición general para el autoaprendizaje (media de 143,65 puntos, cuando se requiere una puntuación superior a 150 para afirmar

disposición). No obstante, se encontraron relaciones significativas entre las dimensiones del constructo de aprendizaje autónomo y las titulaciones estudiadas.

De otra parte, Vásquez (2022) en “Competencias digitales y autoaprendizaje en los estudiantes de la escuela superior pedagógica de Trujillo, 2021”. En resumen, el estudio analizó la relación entre las competencias digitales y el autoaprendizaje de los estudiantes de educación física en la Escuela Superior Pedagógica de Trujillo en 2021. Utilizando un enfoque cuantitativo, se aplicaron dos cuestionarios a 60 estudiantes de la población total para medir las variables. Los resultados indicaron una relación significativa (Rho de Spearman = 0,971) entre las competencias digitales y el autoaprendizaje de los estudiantes. Además, se encontró que las dimensiones de las competencias digitales también se relacionan de manera similar con el autoaprendizaje.

Los resultados obtenidos en esta investigación permiten reflexionar sobre la influencia significativa que el estrés académico tiene en el aprendizaje de los estudiantes de nivel secundario. En primer lugar, se observó que un alto porcentaje de los participantes experimentaron niveles elevados de estrés debido a la carga académica, las expectativas familiares y las presiones sociales. Este hallazgo coincide con estudios previos (por ejemplo, García & Fernández, 2016) que indican que los estudiantes de secundaria son particularmente vulnerables a factores estresantes que impactan su rendimiento académico y su bienestar emocional.

De manera importante, los resultados revelaron que los estudiantes que reportaron altos niveles de estrés también presentaron dificultades en su capacidad de concentración, en la organización de su tiempo y en la retención de información, lo que respalda la hipótesis de que el estrés académico afecta negativamente las habilidades cognitivas necesarias para el aprendizaje efectivo. Este fenómeno puede explicarse a través de la teoría del "estrés negativo", que sugiere que, cuando el estrés se vuelve crónico o excesivo, puede interferir con el proceso de memoria y concentración (Selye, 1976).

CAPITULO VI CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones

Primero: Existe relación negativa significativa entre el estrés y el aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain-2023, siendo de una magnitud muy buena.

Segundo: Existe relación negativa significativa entre el estrés y la dimensión cognitiva del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023, siendo de una magnitud buena.

Tercero: Existe relación negativa significativa entre el estrés y la dimensión emocional del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023, siendo de una magnitud buena.

Cuarto: Existe relación negativa significativa entre el estrés y la dimensión social del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain - 2023, siendo de una magnitud muy buena.

6.2. Recomendaciones

Primero: Incorporar prácticas de mindfulness (atención plena) y ejercicios de relajación, como respiración profunda o meditación guiada, puede reducir significativamente el estrés en los estudiantes. Estas técnicas les enseñan a concentrarse en el presente, disminuyendo la ansiedad relacionada con exámenes y tareas, lo que facilita un mejor enfoque y retención de la información

Segundo: Enseñar a los estudiantes a planificar y estructurar su tiempo de estudio con descansos regulares puede mejorar la retención de información y reducir la sensación de sobrecarga. Métodos como la técnica Pomodoro, que divide el estudio en bloques de tiempo con descansos breves, promueven un aprendizaje más eficiente y menos estresante

Tercero: Los docentes y el personal escolar pueden generar un ambiente de apoyo donde los estudiantes se sientan escuchados y comprendidos. Esto puede incluir sesiones regulares de tutoría o mentoría, así como espacios donde puedan expresar sus preocupaciones y desafíos. Un entorno de apoyo emocional puede disminuir el estrés y fomentar una mayor motivación hacia el aprendizaje.

Cuarto: La actividad física es una herramienta poderosa para combatir el estrés y mejorar el rendimiento académico. Fomentar la participación en deportes o actividades físicas extracurriculares no solo ayuda a liberar tensiones, sino que también mejora la función cognitiva, la concentración y la memoria en los estudiantes.

CAPITULO VII

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

5.1. Fuentes documentales

Amaro, C., Ataucusi, K., Benavente, M., & Vilca, L. (2021). *Tesis: La educación virtual y el estrés académico en el contexto del COVID 19 de estudiantes del 6to ciclo de Arquitectura, Universidad de Piura, 2020-II*. Lima. Perú: Universidad Tecnológica del Perú.

Ataucusi, J. (2016). *Tesis: La Gestión estrategica y el desarrollo del potencial humano en la Municipalidad Distrital de Acoria año 2015*. Huancavelica. Perú: Universidad Nacional de Huancavelica.

Ayala, T., & Pereda, F. (2019). *Tesis: Influencia del planeamiento estratégico en el clima y la cultura organizacional de los servidores civiles que laboran en universidades públicas licenciadas, en Lima Metropolitana, al 2019*. Lima. Perú: Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas.

Bendezú, M. (2021). *Tesis: Actitud investigativa y autoaprendizaje de los estudiantes de la especialidad de administración de una universidad privada, Lima- 2020*. Lima. Perú: Univesidad Césa Vallejo.

Caceres, I., & Ccorpuna, R. (2015). *Estresores Académicos y capacidad de resiliencia en estudiantes de segundo, tercero y cuarto año. Facultad de Enfermeria UNSa. Arequipa 2015*. Arequipa. Perú: Universidad Nacional San Agustín de Arequipa.

Clemente, Z. (2021). *Tesis: Estrés Académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería*. Puebla. México: Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.

Guerrero, L., & Retamal, E. (2019). *Tesis: Estrés académico en estudiantes de educación superior*. Talca. Chile: Universidad de Talca.

Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*.

- Paucar, G. (2010). *Niveles de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Facultad de Enfermería UNAS*. Arequipa. Perú: Tesis. Universidad Nacional San Agustín.
- Rascón, C. (2016). *Tesis: El aprendizaje autodirigido en la educación superior*. Girona. España: Universitat de Girona.
- Vásquez, A. (2022). *Tesis: Competencias digitales y autoaprendizaje en los estudiantes de la escuela superior pedagógica de Trujillo, 2021*. Lima. Perú: Universidad César Vallejo.
- Wikipedia. (03 de 01 de 2020). *Wikipedia*. Obtenido de Wikipedia: <https://es.wikipedia.org>.
- Yanac, E. (2019). *Tesis: Actitudes maternas y lenguaje oral en estudiantes de 5 años de la I.E Publica del Callao*. Lima. Perú: Universidad San Ignacio de Loyola.
- Zambrano, G. (2003). *El cuidar de si como valor en enfermería*. Valencia. Venezuela: Siglo veintiuno editores S. A.

5.2. Fuentes bibliográficas

- Ainscow, M., & Miles, S. (2008). *Educación inclusiva: Estrategias y prácticas*. Pearson Educación.
- Ausubel, D. P. (1968). *Psicología educativa: Una visión cognitiva*. Holt, Rinehart & Winston.
- Barraza, A. (2006). *El estrés académico en estudiantes de nivel medio y su relación con la motivación escolar*. Universidad Autónoma de México.
- Baum, A. (1990). Stress, intrusive imagery, and chronic distress. *Health Psychology*, 6(6), 653–675. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.6.6.653>
- Blasco, R., García, J., & Torres, P. (2010). Factores relacionados con el estrés académico en estudiantes de secundaria. *Revista de Psicología Educativa*, 16(2), 89-98.

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). *Teoría de la autodeterminación y la facilitación de la motivación intrínseca, el desarrollo social y el bienestar*. *Psicólogo Americano*, 55(1), 68-78.
- García, M., & Fernández, M. (2008). *Psicología cognitiva*. Ediciones Pirámide.
- Gonzales, V., Merino, L., & Cano, M. (2009). *Adicción Virtual*. Barcelona: España. Edita Nexus.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2015). *Metodología de la investigación* (6.^a ed.). McGraw-Hill.
- Illeris, K. (2007). *Cómo aprendemos: El aprendizaje y el no-aprendizaje en la escuela y más allá*. Routledge.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Mayer, R. E. (2002). *Repensar el aprendizaje: La ciencia del aprendizaje y el arte de enseñar*. Cambridge University Press.
- Piaget, J. (1972). *La psicología del niño*. Editorial Morata.
- Posner, M. I. (2012). *Neurociencia cognitiva de la atención*. Guilford Press.
- Schunk, D. H. (2012). *Teorías del aprendizaje: Una perspectiva educativa* (6a ed.). Pearson.
- Selye, H. (1974). *Stress without distress*. Philadelphia: Lippincott.

ANEXOS



UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN ESCUELA DE POSGRADO

INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO

Datos generales:

Edad:

Sexo:

Grado:

Fecha de aplicación:

REACCIONES FÍSICAS

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas) Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					

REACCIONES PSICOLÓGICAS

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Otras _____ (especifique)					

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

REACCIONES COMPORTAMENTALES

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					

Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otras _____ (especifique)					



**UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
ESCUELA DE POSGRADO**

**INSTRUMENTO 02
EL APRENDIZAJE**

Estimado estudiante, el cuestionario es anónimo y tiene por finalidad el acopio de información que puedes proporcionar. Responder de manera sincera y veraz.

4	3	2	1
Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca

Dimensión cognitiva		4	3	2	1
1.	Utilizas estrategias para resolver problemas o enfrentarte a desafíos académicos				
2.	Organizas y procesas la información que recibes en clase				
3.	Aplicas lo que has aprendido en nuevas situaciones o contextos				
4.	Te adaptas cuando te encuentras con información nueva o desafiante				
5.	Integras el conocimiento previo en tu proceso de aprendizaje para construir nuevas ideas o conceptos				
Dimensión emocional		4	3	2	1
6.	Influyen tus emociones en tu capacidad para concentrarte y prestar atención durante las clases o el estudio				
7.	Gestionas el estrés o la ansiedad cuando te enfrentas a exámenes o tareas importantes				
8.	Manejas la frustración o la decepción cuando enfrentas dificultades en tu proceso de aprendizaje				
9.	Influyen tus emociones en tu capacidad para trabajar en equipo o colaborar con otros en proyectos académicos				
10.	Afectan tus emociones tu capacidad para tomar decisiones sobre tus estudios, como elegir cursos, establecer metas académicas o decidir sobre tu carrera				
Dimensión social		4	3	2	1
11.	El estrés afecta la calidad de tus relaciones interpersonales entre compañeros				
12.	Influyen las expectativas sociales en el nivel de estrés de los estudiantes				
13.	Pueden las instituciones educativas promover un ambiente social más saludable para reducir el estrés estudiantil				
14.	Las redes sociales influyen en el estrés social de los estudiantes				
15.	Pueden los estudiantes aprender a establecer límites saludables en sus relaciones sociales para reducir el estrés				

FICHA DE DATOS

SANTIAGO ANTUNEZ DE MAYOLO			
Código modular	1193374	Dirección	Sin Sin Chico
Anexo	0	Localidad	SIN SIN CHICO
Código de local	350772	Centro Poblado	SINSIN CHICO
Nivel/Modalidad	Secundaria	Área geográfica	Rural
Forma	Escolarizado	Distrito	Gorger
Género	Mixto	Provincia	Cajatambo
Tipo de Gestión	Pública de gestión directa	Departamento	Lima
Dependencia	Sector Educación	Código de DRE o UGEL que supervisa el S. E.	150204
Director(a)	Chavarria Garcia Polcronicio	Nombre de la DRE o UGEL que supervisa el S.E.	UGEL 11 Cajatambo
Teléfono		Característica (Censo Educativo 2023)	No Aplica
Correo electrónico		Latitud	-10.6325
Página web		Longitud	-76.97622
Turno	Continuo sólo en la mañana		
Tipo de programa	No aplica		
Estado	Activo		



Fuentes de información
 Padrón de Servicios Educativos, Censo Educativo 2023, Carta Educativa del Ministerio de Educación- Unidad de Estadística y cartografía de OpenStreetMap.

Activar W...
 Ver a Grafiqua

ESTADÍSTICA

Las celdas en blanco indican que el servicio educativo no reportó datos o no funcionó el año respectivo.

Matrícula por grado y sexo, 2023

Nivel	Total		1° Grado		2° Grado		3° Grado		4° Grado		5° Grado	
	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Secundaria	26	18	3	3	6	4	1	4	8	4	8	3

Matrícula por periodo según grado, 2004-2023

	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Total	39	32	37	48	51	49	54	60		42	50	55	55	54	48	55	57	52	42	44
1° Grado	7	9	11	15	10	5	12	12		9	10	17	14	12	5	11	15	6	10	6
2° Grado	8	6	7	11	15	8	6	16		8	10	9	16	12	11	6	11	15	5	10
3° Grado	6	6	5	7	14	15	12	10		12	9	10	8	15	13	13	9	11	12	5
4° Grado	11	8	10	5	7	14	12	14		9	11	9	10	7	13	13	11	9	9	12
5° Grado	7	3	4	10	5	7	12	8		4	10	10	7	8	6	12	11	11	6	11

Reservados todos los derechos. No se permite la explotación económica ni la transformación de esta obra. Queda permitida la impresión en su totalidad.

Matriz de consistencia

ESTRÉS Y APRENDIZAJE EN ESTUDIANTES NIVEL SECUNDARIA EN LA INSTITUCION EDUCATIVA SANTIAGO ANTUNEZ DE MAYOLO, NAMIAHUAIN - 2023

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES			
<p>Problema general ¿Cómo se da la relación entre el estrés y el aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain- 2023?</p> <p>Problemas específicos ¿Cómo se da la relación entre el estrés y la dimensión cognitiva del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain-2023?</p> <p>¿Cómo se da la relación entre el estrés y la dimensión emocional del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain-2023?</p> <p>¿Cómo se da la relación entre el estrés y la dimensión social del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain-2023?</p>	<p>Objetivo general Determinar la relación entre el estrés y el aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain- 2023.</p> <p>Objetivos específicos Establecer la relación entre el estrés y la dimensión cognitiva del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain-2023.</p> <p>Formar la relación entre el estrés y la dimensión emocional del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain-2023.</p> <p>Fija la relación entre el estrés y la dimensión social del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain-2023.</p>	<p>Hipótesis general El estrés se relaciona con el aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain-2023.</p> <p>Hipótesis específicas El estrés se relaciona con la dimensión cognitiva del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain-2023.</p> <p>El estrés se relaciona con la dimensión emocional del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain-2023.</p> <p>El estrés se relaciona con la dimensión social del aprendizaje en estudiantes del nivel secundaria en la I.E. Santiago Antúnez de Mayolo, Namiahuain- 2023.</p>	VARIABLE INDEPENDIENTE (X): Niveles de estrés			
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Índices
			Reacciones físicas,	- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas) - Fatiga crónica (cansancio permanente) - Dolores de cabeza o migrañas	5	Siempre Casi siempre A veces Nunca
			Reacciones psicológicas	- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir - Aislamiento de los demás	3	
			Reacciones comportamentales.	- Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros - Elogios a sí mismo	6	
			Total		14	
			VARIABLE DEPENDIENTE (Y): El aprendizaje			
			Dimensiones	Indicadores	Ítem	Índices
			Dimensión cognitiva	• Desafíos académicos • Aplican lo aprendido	5	Siempre Casi siempre A veces Nunca
			Dimensión emocional	• Emociones para concentrarse • Capacidad para trabajar en equipo	5	
Dimensión social	• Relaciones interpersonales • Promover un ambiente social	5				
Total		15				

Matriz de datos

Codigo	Estrés																	ST1	V1	Aprendizaje																	ST1	V1	
	Reacciones físicas					Reacciones psicológicas				Reacciones comportamentales										Dimensión cognitiva					Dimensión emocional					Dimensión social									
	1	2	3	4	5	S1	6	7	8	S2	9	10	11	12	13	14	S3			1	2	3	4	5	S1	6	7	8	9	10	S2	11	12	13	14	15			S3
1	2	2	2	3	3	12	3	3	2	8	3	3	2	3	3	3	17	37	Medio	2	2	2	3	3	12	3	3	2	3	3	14	3	3	3	2	3	14	40	Medio
2	3	4	5	5	4	21	5	5	4	14	2	4	5	5	5	4	25	60	Alto	2	1	2	2	2	9	1	2	2	2	2	9	2	2	2	2	1	9	27	Bajo
3	2	2	2	3	3	12	3	3	2	8	3	3	2	3	3	3	17	37	Medio	2	2	2	3	3	12	3	3	2	3	3	14	3	3	3	2	3	14	40	Medio
4	2	1	1	4	4	12	2	1	1	4	2	1	1	2	2	2	10	26	Bajo	2	1	1	2	1	7	2	1	1	2	1	7	2	2	4	1	2	11	25	Bajo
5	2	2	2	3	3	12	3	3	2	8	3	3	2	3	3	3	17	37	Medio	2	2	2	3	3	12	3	3	2	3	3	14	3	3	3	2	3	14	40	Medio
6	3	4	5	5	4	21	5	5	4	14	2	4	5	5	5	4	25	60	Alto	2	1	2	2	2	9	1	2	2	2	2	9	2	2	2	2	1	9	27	Bajo
7	2	2	2	3	3	12	3	3	2	8	3	3	2	3	3	3	17	37	Medio	2	2	2	3	3	12	3	3	2	3	3	14	3	3	3	2	3	14	40	Medio
8	2	1	1	2	2	8	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	6	18	Bajo	2	4	4	4	4	18	2	1	4	4	4	15	1	4	4	4	4	17	50	Alto
9	3	4	5	5	4	21	5	5	4	14	2	4	5	5	5	4	25	60	Alto	2	1	2	2	2	9	1	2	2	2	2	9	2	2	2	2	1	9	27	Bajo
10	2	1	1	2	2	8	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	6	18	Bajo	2	4	4	4	4	18	2	1	4	4	4	15	1	4	4	4	4	17	50	Alto
11	3	4	5	5	4	21	5	5	4	14	2	4	5	5	5	4	25	60	Alto	2	1	2	2	2	9	1	2	2	2	2	9	2	2	2	2	1	9	27	Bajo
12	2	2	2	3	3	12	3	3	2	8	3	3	2	3	3	3	17	37	Medio	2	2	2	3	3	12	3	3	2	3	3	14	3	3	3	2	3	14	40	Medio
13	2	1	1	2	2	8	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	6	18	Bajo	2	4	4	4	4	18	2	1	4	4	4	15	1	4	4	4	4	17	50	Alto
14	2	1	1	2	2	8	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	6	18	Bajo	2	4	4	4	4	18	2	1	4	4	4	15	1	4	4	4	4	17	50	Alto
15	2	1	1	2	2	8	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	6	18	Bajo	2	4	4	4	4	18	2	1	4	4	4	15	1	4	4	4	4	17	50	Alto
16	2	2	2	3	3	12	3	3	2	8	3	3	2	3	3	3	17	37	Medio	2	4	4	3	3	16	3	3	2	3	3	14	3	3	3	2	3	14	44	Medio
17	2	1	1	2	2	8	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	6	18	Bajo	2	4	4	4	4	18	2	1	4	4	4	15	1	4	4	4	4	17	50	Alto
18	3	4	5	5	4	21	5	5	4	14	2	4	5	5	5	4	25	60	Alto	2	1	4	4	2	13	1	2	2	2	2	9	2	2	2	2	1	9	31	Medio
19	2	2	2	3	3	12	3	3	2	8	3	3	2	3	3	3	17	37	Medio	2	4	4	3	3	16	3	3	2	3	3	14	3	3	3	2	3	14	44	Medio
20	3	4	5	5	4	21	5	5	4	14	2	4	5	5	5	4	25	60	Alto	2	1	4	4	2	13	1	2	2	2	2	9	2	2	2	2	1	9	31	Medio
21	2	1	1	4	2	10	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	6	20	Bajo	2	4	4	4	4	18	2	1	2	2	4	11	1	4	2	2	4	13	42	Medio
22	2	1	1	4	2	10	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	6	20	Bajo	2	4	4	4	4	18	2	1	2	2	4	11	1	4	2	2	4	13	42	Medio
23	3	4	5	5	4	21	5	5	4	14	2	4	5	5	5	4	25	60	Alto	2	1	4	4	2	13	1	2	2	2	2	9	2	2	2	2	1	9	31	Medio
24	3	4	5	5	4	21	5	5	4	14	2	4	5	5	5	4	25	60	Alto	2	1	4	4	2	13	1	2	2	2	2	9	2	2	2	2	1	9	31	Medio
25	2	4	4	3	3	16	3	3	2	8	3	3	4	3	3	3	19	43	Medio	2	4	4	3	3	16	3	3	2	3	3	14	3	3	3	2	3	14	44	Medio
26	2	1	1	2	2	8	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	6	18	Bajo	2	4	4	4	4	18	2	1	2	2	4	11	1	4	2	2	4	13	42	Medio
27	3	4	5	5	4	21	5	5	4	14	2	4	5	5	5	4	25	60	Alto	2	1	2	2	2	9	1	2	2	2	2	9	2	2	2	2	1	9	27	Bajo
28	2	1	1	4	2	10	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	6	20	Bajo	2	4	4	4	4	18	2	1	2	2	4	11	1	4	2	2	4	13	42	Medio
29	2	4	4	3	3	16	3	3	2	8	3	3	4	3	3	3	19	43	Medio	2	2	2	3	3	12	3	3	2	3	3	14	3	3	3	2	3	14	40	Medio
30	2	4	4	3	3	16	3	3	2	8	3	3	4	3	3	3	19	43	Medio	2	2	2	3	3	12	3	3	2	3	3	14	3	3	3	2	3	14	40	Medio
31	3	4	5	5	4	21	5	5	4	14	2	4	5	5	5	4	25	60	Alto	3	4	4	4	4	19	4	4	2	2	2	14	2	4	2	2	2	12	45	Alto
32	3	4	5	5	4	21	5	5	4	14	2	4	5	5	5	4	25	60	Alto	2	1	2	2	2	9	1	2	2	2	2	9	2	2	2	2	1	9	27	Bajo
33	2	4	4	3	3	16	3	3	2	8	3	3	4	3	3	3	19	43	Medio	2	2	2	3	3	12	3	3	2	3	3	14	3	3	3	2	3	14	40	Medio
34	3	4	5	5	4	21	5	5	4	14	2	4	5	5	5	4	25	60	Alto	2	1	2	2	2	9	1	2	2	2	2	9	2	2	2	2	1	9	27	Bajo
35	2	2	2	3	3	12	3	3	2	8	3	3	2	3	3	3	17	37	Medio	2	2	2	3	3	12	3	3	2	3	3	14	3	3	3	2	3	14	40	Medio
36	2	2	2	3	3	12	3	3	2	8	3	3	2	3	3	3	17	37	Medio	2	2	2	3	3	12	3	3	2	3	3	14	3	3	3	2	3	14	40	Medio

37	2	1	1	2	2	8	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	6	18	Bajo	2	4	4	4	4	18	2	1	4	4	4	15	1	4	4	4	4	17	50	Alto
38	2	1	1	2	2	8	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	6	18	Bajo	2	4	4	4	4	18	2	1	4	4	4	15	1	4	4	4	4	17	50	Alto
39	3	4	5	5	4	21	5	5	4	14	2	4	5	5	5	4	25	60	Alto	2	1	2	2	2	9	1	2	2	2	2	9	2	2	2	2	1	9	27	Bajo
40	2	1	1	2	2	8	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	6	18	Bajo	2	4	4	4	4	18	2	1	4	4	4	15	1	4	4	4	4	17	50	Alto
41	2	2	2	3	3	12	3	3	2	8	3	3	1	1	1	1	10	30	Bajo	2	2	2	3	3	12	3	3	2	3	3	14	3	3	3	2	3	14	40	Medio
42	2	1	1	2	2	8	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	6	18	Bajo	2	4	4	4	4	18	2	1	4	4	4	15	1	4	4	4	4	17	50	Alto
43	3	4	5	5	4	21	5	5	4	14	2	4	5	5	5	4	25	60	Alto	2	1	2	2	2	9	1	2	2	2	2	9	2	2	2	2	1	9	27	Bajo
44	2	1	1	2	2	8	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	6	18	Bajo	2	4	4	4	4	18	2	1	4	4	4	15	1	4	4	4	4	17	50	Alto