

**UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN**



ESCUELA DE POSGRADO

TESIS

**PROCESOS COGNITIVOS Y ESTRES ACADÉMICO EN
LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL
DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL
DE BARRANCA - 2018**

PRESENTADO POR:

JUAN DAVID TOLEDO FIGUEROA

**PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRO EN DOCENCIA
SUPERIOR E INVESTIGACIÓN UNIVERSITARIA**

ASESOR:

Dr. Raymundo Javier Hajar Guzman

HUACHO - 2021

**PROCESOS COGNITIVOS Y ESTRES ACADÉMICO EN LOS
ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE
ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE
BARRANCA – 2018**

JUAN DAVID TOLEDO FIGUEROA

TESIS DE MAESTRÍA

ASESOR: Dr. Raymundo Javier Hajar Guzman

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

MAESTRO EN DOCENCIA SUPERIOR E INVESTIGACIÓN UNIVERSITARIA

HUACHO

2021

DEDICATORIA

A Nicanor y Rufina; por haberme enseñado a vivir con humildad en tiempos de éxito, y sobriedad en tiempos difíciles, los aprecio en cada instante de mi vida.

A mis hijos Juan José y Savigny Mateo, por permitirme postergar sus tiernos abrazos, para el desarrollo de este trabajo.

A mi amada Milagros, por ser cómplice de mis éxitos, y artífice de mis triunfos.

A José Luis, mi hermano, su gran corazón me lleva a admirarlo cada día más.

A mi Abuelo Juan (†), donde se encuentre, su filosofía de vida permanece inmarcesible en mis días.

Juan David

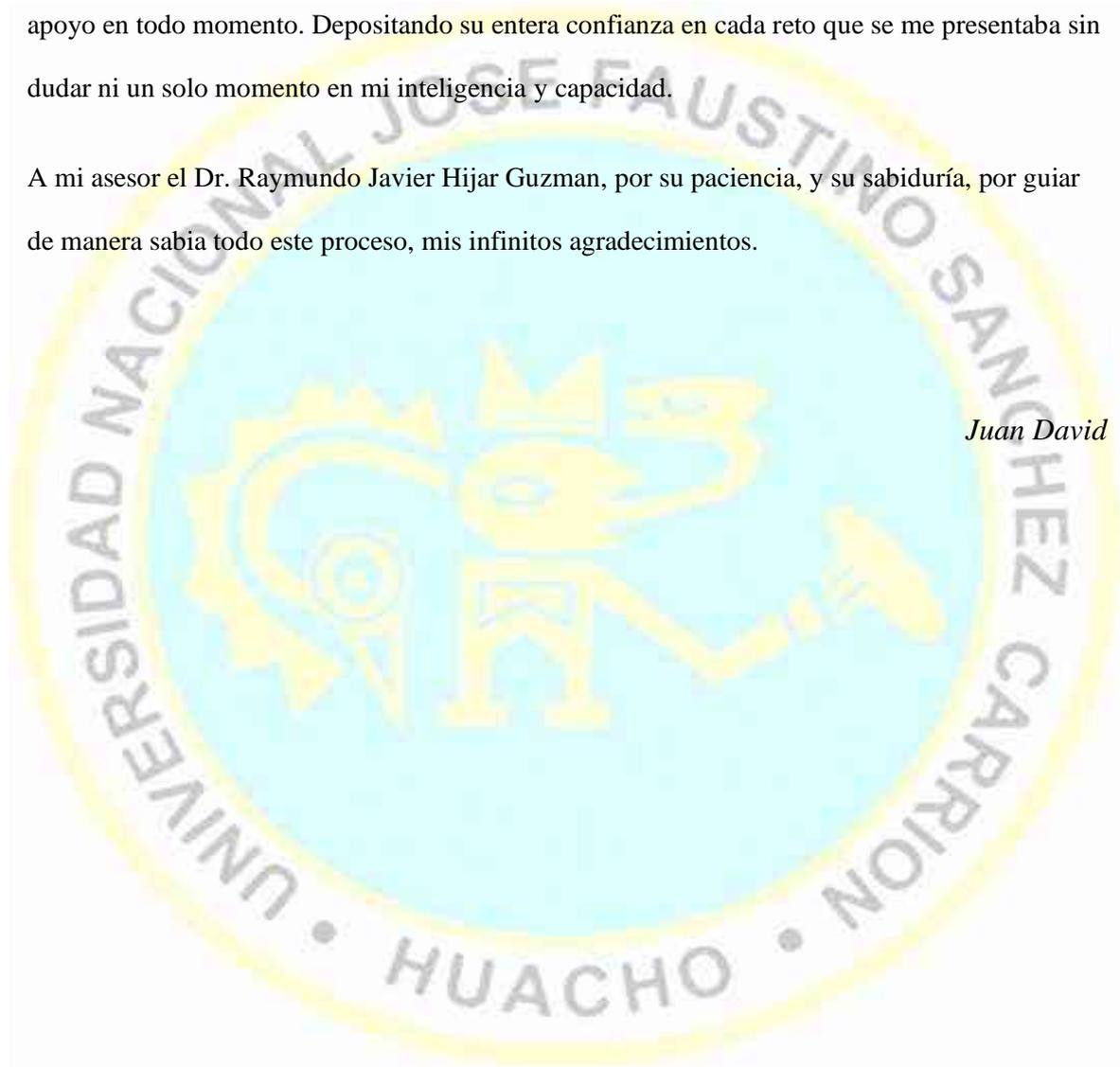
AGRADECIMIENTO

A mis maestros de maestría de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, quienes sembraron en mí las semillas del saber y la sabiduría universal.

A mis padres, quienes a lo largo de mi vida han velado por mi bienestar y educación siendo mi apoyo en todo momento. Depositando su entera confianza en cada reto que se me presentaba sin dudar ni un solo momento en mi inteligencia y capacidad.

A mi asesor el Dr. Raymundo Javier Hajar Guzman, por su paciencia, y su sabiduría, por guiar de manera sabia todo este proceso, mis infinitos agradecimientos.

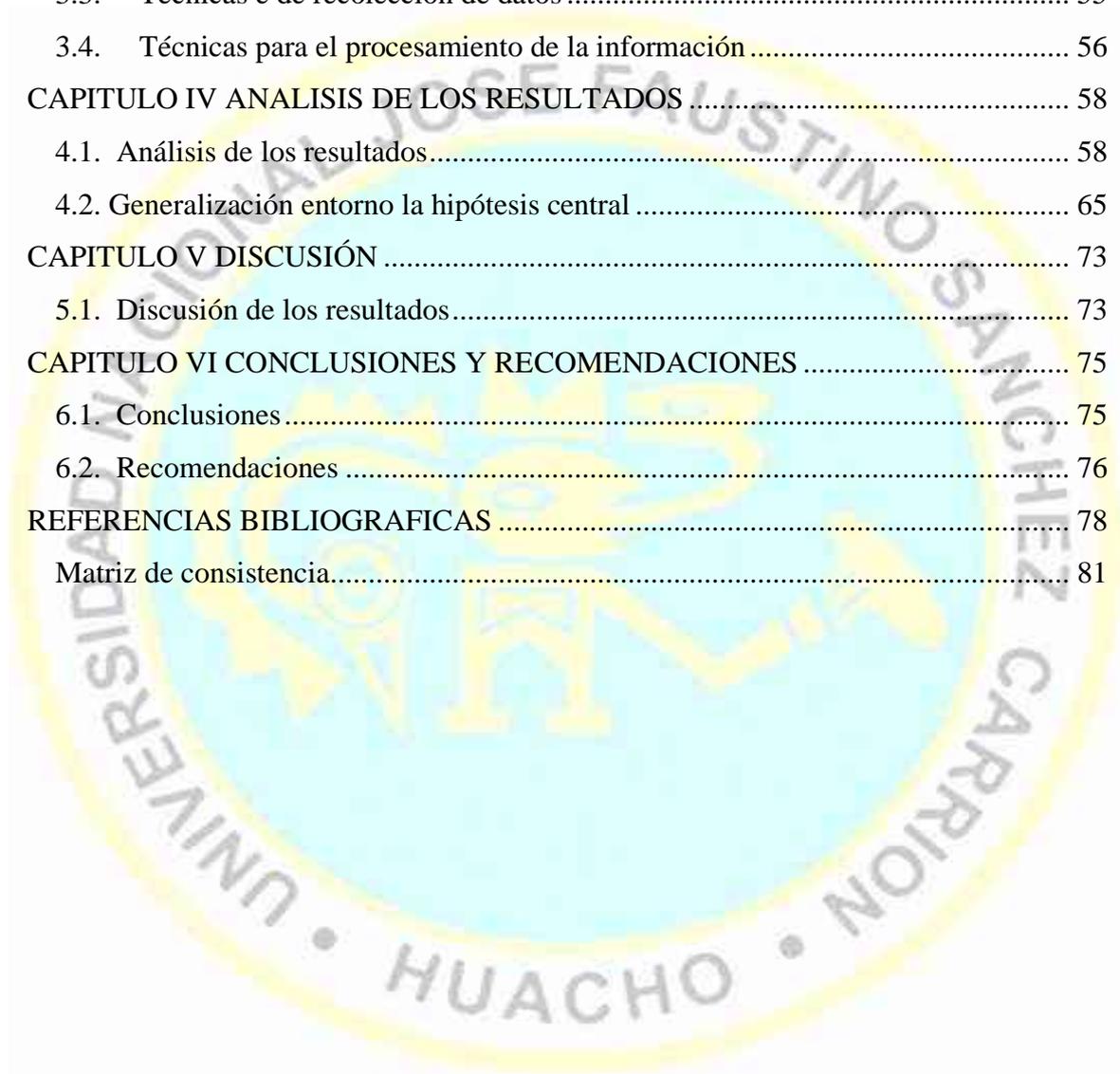
Juan David



INDICE

DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO	iv
INDICE.....	v
RESUMEN	7
ABSTRACT	8
INTRODUCCIÓN.....	9
CAPITULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	11
1.1. Descripción de la realidad problemática.....	11
1.2. Formulación de problema	14
1.2.1. Problema general	14
1.2.2. Problemas específicos.....	14
1.3. Objetivos	14
1.3.1. Objetivo general	14
1.3.2. Objetivos específicos.....	14
1.4. Justificación de la investigación	15
1.5. Delimitaciones del estudio.....	16
1.6. Viabilidad del estudio	16
1.6.1 Evaluación Técnica	16
1.6.2 Evaluación Ambiental	16
1.6.3 Evaluación Financiera	16
CAPITULO II MARCO TEÓRICO.....	17
2.1. Antecedentes.....	17
2.2. Bases teóricas.....	27
2.2.1. Los procesos cognitivos.....	27
2.2.2. El estrés académico.....	36
2.3. Bases filosóficas.....	44
2.4. Definición de términos básicos.....	46
2.5. Hipótesis	51
2.5.1. Hipótesis General	51
2.5.2. Hipótesis específicas.....	51

2.6. Operacionalización de Variables	52
CAPITULO III METODOLOGIA	53
3.1. Diseño metodológico	53
3.2. Población y muestra.....	54
3.2.1. Población	54
3.2.2. Muestra	54
3.3. Técnicas e de recolección de datos	55
3.4. Técnicas para el procesamiento de la información	56
CAPITULO IV ANALISIS DE LOS RESULTADOS	58
4.1. Análisis de los resultados.....	58
4.2. Generalización entorno la hipótesis central	65
CAPITULO V DISCUSIÓN	73
5.1. Discusión de los resultados.....	73
CAPITULO VI CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	75
6.1. Conclusiones.....	75
6.2. Recomendaciones	76
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	78
Matriz de consistencia.....	81



RESUMEN

El presente trabajo de investigación titulado: Procesos cognitivos y Estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca - 2018, es un trabajo de investigación para obtener el grado académico de Maestro en Docencia Superior e Investigación Universitaria de la Escuela de Postgrado de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.

La metodología que se empleó se encuentra dentro de la investigación básica es de tipo Básico, de nivel descriptivo, correlacional, no experimental y la hipótesis planteada fue: “Los procesos cognitivos se relacionan significativamente con el estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018”. Para la investigación, la población fue estuvo formada por 438 estudiantes Escuela Profesional de Enfermería de la UNAB-Barranca- 2018. En la investigación se determinó el uso de una muestra probabilística de 206 estudiantes. El instrumento principal que se empleó en la investigación fue el cuestionario, que se aplicó a la primera y segunda variable. Los resultados evidencian que existe relación entre los procesos cognitivos y el estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.577 siendo una magnitud moderada.

El autor

Palabras clave: procesos, cognitivo, estrés, académico

ABSTRACT

The present research work entitled: Cognitive Processes and Academic Stress in students of the Professional School of Nursing of the National University of Barranca - 2018, is a research work to obtain the academic degree of Master in Higher Education and University Research of the Postgraduate School of the José Faustino Sánchez Carrión National University.

The methodology used is within the basic research is Basic type, descriptive level, correlational, not experimental and the hypothesis was: "Cognitive processes are significantly related to academic stress in the students of the Professional School of Nursing at the National University of Barranca- 2018. " For the investigation, the population was formed by 438 students Professional School of Nursing of the UNAB-Barranca- 2018. In the investigation the use of a probabilistic sample of 206 students was determined. The main instrument used in the investigation was the questionnaire, which was applied to the first and second variables. The results show that there is a relationship between cognitive processes and academic stress in the students of the Professional Nursing School of the National University of Barranca- 2018, due to the Spearman correlation that returns a value of 0.577 being a moderate magnitude.

The author

Keywords: processes, cognitive, stress, academic

INTRODUCCIÓN

La presente tesis tiene como objetivo principal establecer la relación entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones físicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Según los estudios, uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés y en las ciudades se estima que el 50% de las personas tienen algún problema de salud mental producto del estrés (Caldera, Pulido, & Martinez, 2007). Definen el estrés académico (Polo, Hernandez, & Pozar, 2006) como la respuesta general del organismo (cognitiva, emocional, fisiológica y conductual) ante cualquier estímulo estresante relacionado con el ámbito educativo, es generado cuando el sujeto se enfrenta a situaciones frente a las cuales le resulta difícil encontrar posibles soluciones.

Los procesos cognitivos básicos, también llamados simples o de primero orden, son aquellas funciones mentales naturales de comportamiento como resistencia o respuesta al ambiente que están determinadas genéticamente y las comparten tanto animales como personas. Estos procesos son seis: sensación, percepción, atención, memoria, motivación y emoción. Y los procesos psicológicos superiores, también llamados complejos o de segundo orden, son funciones mentales específicas que solo poseen las personas, y con llevan conductas complejas (toma de decisiones, pensamiento abstracto,...), dividiéndose en: pensamiento, inteligencia, lenguaje y aprendizaje.

Para (Parkin, 1999) “la rama de la psicología que intenta proporcionar una explicación científica de cómo el cerebro lleva a cabo funciones mentales complejas como la visión, la memoria, el lenguaje y el pensamiento”

El trabajo se ha estructurado el presente trabajo de investigación en cinco capítulos.

En el primer capítulo se describe la problemática respecto a la relación entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones físicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

El segundo capítulo desarrolla el marco teórico respecto a las dos variables intervinientes en esta investigación.

El tercer capítulo desarrolla el marco metodológico considerando las hipótesis, la operacionalización de las variables, el tipo de estudio, el diseño y la determinación de la población y muestra de la de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

El cuarto capítulo presenta los resultados obtenidos con nuestra investigación, su descripción y la contrastación de las hipótesis.

El capítulo V la discusión de los resultados obtenidos en la presente investigación.

El capítulo VI presenta las conclusiones básicas de nuestra investigación y las recomendaciones del caso.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

A nivel internacional el estrés en universitarios cada día va aumentando por la gran cantidad de tareas diarias que tienen que realizar y por el alto nivel de exigencia que establecen los estándares de calidad profesional. Según los estudios, uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés y en las ciudades se estima que el 50% de las personas tienen algún problema de salud mental producto del estrés (Caldera, Pulido, & Martínez, 2007). Definen el estrés académico (Polo, Hernández, & Pozar, 2006) como la respuesta general del organismo (cognitiva, emocional, fisiológica y conductual) ante cualquier estímulo estresante relacionado con el ámbito educativo, es generado cuando el sujeto se enfrenta a situaciones frente a las cuales le resulta difícil encontrar posibles soluciones.

En Latinoamérica esta realidad es más grave aún. Las investigaciones revelan que existe una elevada incidencia de estrés en los estudiantes universitarios, alcanzando valores superiores al 67% de la población estudiada, siendo estas de mayor incidencia durante el periodo de exámenes. La preocupación por el trabajo escolar (77%) y las calificaciones (74%) se encuentran en la parte superior de la lista de los elementos estresantes (Román, Ortiz, & Hernández, 2008).

La labor docente ejecutada por la universidad ha resultado ser, en reiteradas oportunidades, centro de diversas críticas y cuestionamientos. El carácter estrictamente profesionalizante que asume la formación de las nuevas generaciones en el recinto universitario podría no estar ajustado a las demandas provenientes de la sociedad del conocimiento; en este escenario, la educación asume un alto protagonismo y el progreso de la sociedad está en sintonía con el pleno desarrollo de los seres humanos y con el despliegue de sus potencialidades (García Guadilla, 1998).

Esta situación obliga a la revisión de los procesos de enseñanza desarrollados en las instituciones de educación superior. La formación universitaria debe involucrar la ejecución de actividades en el aula que favorezcan la aplicación e integración de los conocimientos, habilidades y actitudes adquiridas por los estudiantes, y debe, además, preparar individuos con capacidad para enfrentar y resolver problemas.

La docencia universitaria debe proporcionar a los estudiantes experiencias educativas que permitan no sólo la adquisición de competencias específicas en su área de estudio, sino que, de igual forma, promuevan y fortalezcan sus aptitudes intelectuales. Es así como la educación asume un papel relevante en la determinación del curso y contenido del desarrollo cognitivo de los sujetos.

La educación en nuestro país ha devenido de la cultura y forma occidental; sin embargo, se demuestran brechas que son sinónimo de retraso en comparación a sus referentes. En este contexto se tiene que la enseñanza no se sustenta en la investigación científica propia sino en la transferencia de conocimientos repetitivos y memorísticos generándose una formación profesional sin capacidad creativa.

Lo afirmado nos lleva a una inadecuada formación profesional y con ello se afecta a la gran población de graduados y titulados de las universidades públicas y particulares o privadas. Es así que un gran porcentaje ven cómo sus aspiraciones se van diluyendo en la medida que no encuentran ubicación en el mercado laboral o, en el mejor de los casos, lo único que consiguen es formar parte de la gran masa de profesionales subempleados.

La actividad ejecutada por el docente tiene lugar en un juego de intercambios, discusiones, diálogos y acuerdos que permiten la puesta en marcha de razonamientos individuales y colectivos, y donde los contenidos u objetos de aprendizaje deben ser asumidos no como fines en sí mismos, sino como insumos para el estímulo de indagaciones y cuestionamientos por parte de los estudiantes (Bruner, 1988).

El estudio del desarrollo intelectual de los sujetos como un proceso mediado culturalmente es presentado bajo la perspectiva de (Vygotski,

1979) en su Ley Genética General del Desarrollo Cultural. Según este fundamento teórico, el individuo desarrolla sus funciones mentales superiores a partir de los intercambios e interacciones acontecidas en el plano social; así, lo social precede a lo individual.

La teoría sociocultural de Vygotski exalta el carácter mediador existente en el desarrollo de los procesos superiores del pensamiento donde el lenguaje, como sistema simbólico originado culturalmente, favorece el ejercicio de los procesos cognitivos superiores mediante la manipulación abstracta de situaciones descontextualizadas. En este sentido, para Vygotsky, el manejo de los signos constituye un instrumento de actividad psicológica. La mediación interpuesta por el manejo de sistemas simbólicos y la interacción social origina, en el campo educativo, una toma de conciencia acerca de la naturaleza y relevancia de los intercambios verbales que deben ser exhibidos en el aula de clases con miras a potenciar los procesos cognitivos en los estudiantes.

La importancia adjudicada bajo la tesis de Vygotski al lenguaje como mediador en el desarrollo de la actividad mental de los sujetos plantea su vigencia como una de las principales herramientas utilizadas por el docente para la potenciación de la actividad cognitiva de los estudiantes. En consecuencia, la labor educativa debe estar orientada a la organización de los factores desencadenantes para la activación y ejercicio de las competencias cognitivas como paso previo a su ulterior internalización.

La presente investigación se realizara en la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca – 2018, donde se evidenciara una posible relación entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones físicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca.

1.2. Formulación de problema

1.2.1. Problema general

¿Qué relación existe entre los procesos cognitivos y el estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Qué relación existe entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones físicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018?
- ¿Qué relación existe entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones psicológicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018?
- ¿Qué relación existe entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones comportamentales del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre los procesos cognitivos y el estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

1.3.2. Objetivos específicos

- Establecer la relación entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones físicas del estrés académico en los estudiantes de la

Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

- Determinar la relación entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones psicológicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.
- Establecer la relación entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones comportamentales del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

1.4. Justificación de la investigación

El presente trabajo de investigación pretende comprender cuáles pueden ser las situaciones problemáticas de origen psicológico/cognitivo que surgen en los estudiantes de Enfermería de la UNAB Barranca generando un estrés académico y por ende modificando el Aprendizaje de los estudiantes. Nuestro objeto de estudio, los procesos y estrategias cognitivas, fue un gran reto desde el inicio de esta investigación, ya que son escasas las investigaciones que profundizan sobre la relación entre la cognición y el estrés académico. A pesar de la falta de datos de estudios previos, desde el principio tuvimos el convencimiento personal de que realizar este estudio, tendría repercusiones directas y positivas en la formación de los futuros enfermeros así como psicopedagoga especializada en procesos cognitivos. Esto se argumenta bajo la idea de que las estrategias cognitivas no son algo innato en el sujeto, sino que son algo que se va aprendiendo a lo largo de la vida, a través de las diferentes experiencias de cada persona. Por ello, a través del aprendizaje diario podemos ir aprendiendo, mejorando, potenciando y resolviendo problemas de tipo cognitivo. El presente trabajo busca investigar procedimientos y formas educativas que realicen procesos cognitivos que disminuyan el estrés académico en nuestros estudiantes.

1.5. Delimitaciones del estudio

La investigación presentó las siguientes limitaciones:

a. Disponibilidad de tiempo

Toda vez que la investigación debió ser desarrollada, aplicada e interpretada por la propia investigadora, quien, a su vez, tenía que desempeñar un trabajo en un horario laboral rígido, generó que la disponibilidad de tiempo sea limitada. Sin embargo, la disposición a cumplir con la investigación hizo que se coordinaran horarios y espacios además de la ayuda de otros colegas para superar esta limitación.

c. Limitados medios económicos

La ejecución de la investigación demandó una inversión económica que, dada su característica de autofinanciada por el propios investigador, tuvo ciertas limitaciones. A pesar de ello y, considerando la necesidad de aplicarla, se pudo costear los gastos asumiendo los gastos con ahorros personales.

1.6. Viabilidad del estudio

1.6.1 Evaluación Técnica

En esta investigación de tesis se consideraron los elementos necesarios para su desarrollo, de acuerdo a lo establecido por la Escuela de Postgrado de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión de Huacho.

1.6.2 Evaluación Ambiental

Debido a su naturaleza de investigación descriptiva netamente académica, no ha generado impacto ambiental negativo en ninguno de los componentes del ecosistema.

1.6.3 Evaluación Financiera

El presupuesto de la investigación y su financiamiento estuvo debidamente garantizado por la investigadora.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. A nivel Internacional

(Nieto, 2015) en su tesis: Análisis de los procesos cognitivos en el alumnado de enseñanzas profesionales de danza donde se desea conocer cuáles son las estrategias cognitivas utilizadas por bailarines pre-profesionales cuando tienen que solucionar problemas de índole psicológica antes, durante y al finalizar una actuación escénica o clase/ensayo. Asimismo, comparar y constatar si existen diferencias significativas en el modo de afrontar las dificultades escénicas, técnicas o/y interpretativas del bailarín en función de factores como la edad que posea el bailarín, el curso o experiencia artística, en función de la especialidad de danza que se practiqué, y en función del centro y/o ciudad en la que el bailarín cursa su carrera profesional de danza. Para ello, se ha desarrollado a lo largo de tres años un estudio cuantitativo transversal mixto basado en una metodología experimental. En la primera fase como participantes se contó con una muestra de 125 bailarines/estudiantes pre-profesionales de los tres últimos cursos de enseñanzas profesionales de danza (cuarto, quinto y sexto), pertenecientes a las tres especialidades (danza clásica, danza española, baile flamenco) de los Conservatorios Profesionales de Danza de Córdoba, Sevilla y Málaga. El instrumento de recogida de información en esta primera fase ha sido el Cuestionario de Estrategias Cognitivas en Deportistas CEAD de Mora, García, Toro y Zarco (2001), sobre el cual se sustituyeron términos propios del ámbito de la danza por los términos propios del campo del deporte con los que está redactado el cuestionario original. En la segunda fase del estudio se contó con la participación de 30 profesores de danza que imparten clase en cuarto, quinto o sexto de enseñanzas profesionales de danza en los Conservatorios Profesionales de Córdoba, Sevilla o Málaga.

Como instrumento de recogida de información se diseñó una entrevista con respuestas predeterminadas con el fin de valorar los procesos cognitivos que el profesor percibe en sus alumnos en una clase de danza, así como analizar las situaciones y estrategias de enseñanza que los profesores de danza desarrollan en sus clases y que favorecen en la activación y desarrollo de los procesos cognitivos. Los resultados del estudio nos permiten hallar conclusiones sobre los problemas cognitivos más destacados en bailarines de similares características a los estudiados y éstos poderse tener en cuenta en las etapas de formación y aprendizaje de los bailarines para poder presentar a bailarines/as en el ámbito laboral y profesional de la danza con estrategias de afrontamiento cognitivo óptimas para alcanzar el máximo rendimiento escénico.

(Fortich, 2013) en su tesis: “Prevalencia del estrés académico, factores asociados y niveles de presión arterial en estudiantes de pregrado de Odontología de la corporación universitaria Rafael Núñez de Cartagena” analizó la prevalencia del estrés académico en estudiantes de pregrado de odontología de la Corporación Universitaria Rafael Núñez de Cartagena, en Colombia. La muestra estuvo conformada por 245 estudiantes entre las edades de 18 y 21 años del I AL X ciclo. Se utilizó el cuestionario DES 30 versión en español. Los resultados muestran que los estudiantes presentan niveles de estrés elevados, presentando un promedio de 2,12 para el sexo masculino y 2,19 para el sexo femenino, asimismo los eventos que generan un mayor nivel de estrés son, el miedo a reprobado un curso o un año (48.98%) y en las evaluaciones y las calificaciones.(2.71%).

(Martín, Trujillo, & Moreno, 2013) en su tesis: “Estudio y evaluación del estrés académico en estudiantes de Grado de Ingenierías Industriales en la Universidad de Málaga” analizaron el nivel de estrés académico que sufren los estudiantes universitarios de la Escuela Politécnica Superior de la Universidad de Málaga, en España. La muestra estuvo conformada por 492 alumnos divididos en 127 mujeres y 365 hombres que pertenecían al curso de grado de las

carreras de Ingeniería Mecánica, Ingeniería Eléctrica, Ingeniería Electrónica, Ingeniería Industrial, Ingeniería en Diseño Industrial y Desarrollo de Productos. Se utilizó el Cuestionario de Estrés Académico. Los resultados mostraron que en general el nivel de estrés académico es elevado. Así mismo fueron las mujeres y los estudiantes de Ingeniería Electrónica e Industrial los que presentaron mayor nivel de estrés.

Barraza, A. (2012). Realizó una investigación sobre el perfil descriptivo del estrés académico durante el examen, en estudiantes de nivel secundario de la Escuela Técnica Número 67 “José Santos Valdez”. Durango – México. El principal objetivo de estudio fue establecer el porcentaje de alumnos en secundaria que presentan estrés académico durante el examen, además de determinar las demandas consideradas con más frecuencia estresores, por los alumnos de secundaria e Identificar los síntomas del estrés durante el examen que se presentan con mayor frecuencia y determinar las estrategias de afrontamiento al estrés de examen que son utilizadas con mayor frecuencia por los alumnos. Se realizó un estudio descriptivo, transeccional, no experimental y basado en un estudio de casos; conformada por la población de secundaria de dicha institución, la muestra estuvo constituida por 101 alumnos de secundaria, entre 12 – 16 años de edad, tanto hombres como mujeres. El instrumento que se aplicó fue el Inventario del Estrés de Examen. Presentando como resultados que el 100% de alumnos evaluados reportaron estrés durante el período de exámenes, en un nivel profundo y una intensidad medianamente alta. A su vez que las demandas que son consideradas como estresores principalmente son la calificación que pudiera obtener y el tipo de preguntas, además se determinó los síntomas más frecuentes: morderse las uñas, rascarse, frotarse, etc., la somnolencia, los problemas de concentración, la sensación de tener la mente vacía (bloqueo mental) y la estrategia de afrontamiento más utilizada fue

conversar con el compañero (hablar sobre el examen, la materia o el maestro).

En Valencia, Mendoza, Correa, Sandoval y Santisteban (2013) se describe, analiza y caracteriza desde el enfoque de la Resiliencia de cómo el estudiante se enfrenta a la etapa de la Educación Secundaria, específicamente, al momento de evolución académica hacia la enseñanza considerada de alto riesgo de abandono. El aporte más revelador de la investigación es la perspectiva positiva o de centrar la investigación en los indicadores de éxito de dicha población, en oposición al focus de fracaso que ha dominado en la visión sobre esta temática. Por tal motivo, se centra en identificar y evaluar los mecanismos resilientes que pueden clarificar, explicar y comprender cómo procesos, a priori cualificados como problemáticos o dificultosos para esta población que vive en una situación de mayor vulnerabilidad social y académica, se transforman en una red protectora que favorece satisfactoriamente el éxito escolar.

(Haro & Mendez, 2010) en su tesis titulado: "El desarrollo de los procesos cognitivos básicos en las estudiantes del Colegio Nacional Ibarra" sección diurna de los segundos y terceros años de bachillerato", donde se evidencia que desarrollo de los procesos cognitivos básicos en las estudiantes del Colegio Nacional "Ibarra" sección diurna de los segundos y terceros años de bachillerato. El planteamiento se lo hace partiendo de la necesidad de incrementar y potenciar las capacidades intelectivas de los estudiantes ya que no existe énfasis en el desarrollo de los procesos cognitivos básicos en el proceso educativo de la actualidad, es necesario incrementar técnicas que conlleven a mejorar la forma de enseñanza, para realizar; en el trabajo se tomó como objeto de estudio al colegio antes mencionado, con la participación directa de estudiantes y profesores, que son la población objeto de la investigación. El trabajo pretende que los estudiantes y profesores se enmarquen de herramientas conceptuales y metodológicas para el mejor desarrollo de las capacidades y

potencialidades intelectivas desarrollando los procesos cognitivos básicos. Para hacer realidad el trabajo se puso en camino los conocimientos adquiridos en la Universidad Técnica del Norte de la ciudad de Ibarra. Sobre herramientas conceptuales y metodológicas para el desarrollo de los procesos cognitivos básicos, serán una alternativa de solución en la enseñanza para mejorar sus capacidades y potencialidades de los educandos; el trabajo consta de las siguientes partes: Planteamiento del Problema en donde se analiza todo lo referente a procesos cognitivos, cómo están efectuando las estrategias y metodologías tanto de profesores y estudiantes, en el Marco Teórico existe el respaldo científico de la importancia del desarrollo de los procesos cognitivos básicos que son: atención, percepción y memoria logrando con ello que el estudiante sea participativo, creativo, crítico, autónomo y sienta la necesidad de asociar más información para su desempeño profesional, basados en la teoría cognitiva, teoría contextual o ecológica, modelo filosófico humanista y modelo sociocrítico. En la tercera parte los análisis e interpretación de resultados y por último la propuesta de cambio, cuya finalidad será mejora en los estudiantes y profesores por medio de talleres conseguir mejorar el manejo de los procesos cognitivos básicos.

RÍOS, M. y Cols. (2012) Murcia-España, realizaron una investigación sobre "Resiliencia y Síndrome de Burnout en estudiantes de enfermería y su relación con variables sociodemográficas y de relación interpersonal", con el objetivo de determinar los niveles de resiliencia y síndrome de burnout en estudiantes de Enfermería, así como analizar la relación existente entre ambas variables y el perfil socio-demográfico de la muestra. Estudio descriptivo transversal realizado a 218 estudiantes de segundo grado de enfermería de la Universidad de Murcia mediante un cuestionario. Se obtuvo como resultados que existe un nivel alto de cansancio emocional en la población estudiada y los datos obtenidos apoyan la relación entre la resiliencia y el síndrome de burnout en la muestra de estudiantes analizada, aquellos estudiantes que mostraron un mayor nivel de

resiliencia experimentaron un menor cansancio emocional y una mayor realización personal. Igualmente, la calidad de relación con el profesorado se relacionó con una mayor presencia del síndrome de Burnout.

RÍOS, L. (2014) Lima-Perú, realizaron una investigación sobre "Factores estresores académicos asociados a estrés en estudiantes de enfermería de la escuela Padre Luis Tezza", con el objetivo de determinar los factores estresores académicos asociados a nivel de estrés en los estudiantes de enfermería de la Escuela Padre Luis Tezza. Estudio de tipo cuantitativo, de diseño descriptivo correlacional transversal. Se tomó toda la población, siendo un total de 185 estudiantes de enfermería del II al X ciclo, la técnica fue la encuesta y el Instrumento el cuestionario Se obtuvo como resultados que los factores estresores están relacionados al proceso enseñanza aprendizaje.

García, R., Pérez, F. y Fuentes, M. (2015). Realizaron un estudio sobre el Análisis del estrés académico en estudiantes, los efectos del nivel educativo y del sexo en Educación Secundaria. En la provincia de Valencia, España. Participaron 299 estudiantes con edad entre 12 y 18 años. 152 eran mujeres y 147 varones. Se realizó en 6 Instituciones de nivel secundario. Se aplicó el Cuestionario de Estrés Académico en Educación Secundaria -CEAS-. 23 Arrojando como resultado que las situaciones estresantes más resaltantes que coinciden entre las 6 instituciones educativas son: la sobrecarga de tareas, la falta de tiempo para cumplir las actividades académicas y la realización de exámenes. A su vez que las mujeres presentan mayor estrés académicos que los varones.

2.1.2. A nivel Nacional

Mariños, B. (2017) realizó una investigación sobre Estrés académico y expresión de ira en estudiantes de secundaria de las Instituciones

Públicas del distrito de Coishco - Áncash. Su principal objetivo era determinar la relación del estrés académico con la expresión de ira en estudiantes de secundaria. Su estudio fue de tipo descriptivo correlacional. La población estaba constituida por todos los estudiantes de nivel secundario de 3°, 4° y 5° de las instituciones públicas del distrito de Coishco, usando una muestra de 378 estudiantes, se aplicó el Inventario SISCO de estrés académico 26 (adaptado por Puestas, 2010) y el Inventario de Expresión de ira creado (adaptado por Vasallo, 2013). Los cuales indicaron que existe una relación positiva baja, esto quiere decir que a mayor estrés académico mayor será la expresión de ira en el estudiante. Además predomina el estrés académico en un nivel profundo con 82% (268), mientras la expresión de ira predomina el nivel alto con 65.4% (214).

(Del Risco, Gómez, & Hurtado, 2015) en su tesis: “Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Enfermería - Universidad Nacional de la Amazonia Peruana, Iquitos- 2015” tuvo como objetivo determinar la asociación entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes del segundo al cuarto nivel de estudios del semestre 2014-I y de tercero al quinto nivel de estudios del semestre 2015-I de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, de la ciudad de Iquitos, 2015. El método empleado fue el cuantitativo y el diseño no experimental de tipo descriptivo, retrospectivo y transversal/correlacional. La población estuvo conformada por 174 estudiantes de ambos sexos de 18 años a más de edad que cursaron el ciclo académico 2014- II del 2° al 4° y 2015-I del 3° al 5° nivel de estudios de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de la Amazonia Peruana de la ciudad de Iquitos, con una muestra de 120 estudiantes con las mismas características que la población de estudio, obtenida mediante el muestreo probabilístico estratificado con afijación proporcional. La técnica fue la encuesta y el análisis documental y el instrumento fue el Test del Estrés con una escala estructurada tipo Likert (Validez 87% y confiabilidad 90%) y la ficha de registro del rendimiento académico.

Los datos fueron analizados con el SPSS versión 22,0. La prueba estadística inferencial fue el Chi Cuadrado, con $p = 0,05$. Los resultados obtenidos fueron los siguientes: del 100% (120) de estudiantes, 57,5% (69) tuvo rendimiento académico bueno, del cual el mayor porcentaje 53,3% (64) tuvo estrés medio. Finalmente la conclusión fue la siguiente: al realizar el análisis inferencial se obtuvo resultados estadísticos significativos ($p = 0,003$), resultado que permitió aceptar la hipótesis de investigación: “Existe asociación estadística significativa entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana de la ciudad de Iquitos, 2015 .

(Rosales, 2016) en su tesis: Estrés académico y hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología de un centro de formación superior privada de Lima – Sur tuvo como objetivo establecer la relación que existe entre el estrés académico y los hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología del I al IV ciclo de un centro de formación superior de Lima-Sur. La muestra estuvo conformada por 337 estudiantes universitarios de la carrera de Psicología pertenecientes a los cuatro primeros ciclos, de ambos sexos y cuyas edades fluctúan entre los 16 y 31 años. El diseño de investigación es correlacional y el tipo no experimental transversal. Los instrumentos administrados para la recolección de datos fueron el Inventario Sisco de Estrés Académico y el Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85. Los resultados obtenidos demuestran que el 80,50 % presenta un nivel promedio del estrés académico y el 78,99 % un nivel promedio de hábitos de estudio. Así mismo se encontró una correlación estadísticamente significativa y positiva entre el estrés académico y los hábitos de estudio. Analizando si las variables sociodemográficas establecen diferencias a nivel de ambas variables se encontró que el sexo establece diferencias en las áreas estrés físico, psicológico y estrés académico total (es mayor en las mujeres). La edad establece diferencias significativas en hábitos de estudio y estrés

académico. El ciclo establece diferencias en el estrés académico, encontrándose que los alumnos del 3er ciclo tienen mayor estrés académico en el área estresores, asimismo a nivel de los Hábitos de Estudio se encontró que los estudiantes de 1er y 3er ciclo tienen mejores Hábitos de Estudio.

Cáceres y Ccorpuna (2015), realizaron la investigación: “Estresores académicos y capacidad de resiliencia en estudiantes de segundo, tercero y cuarto año. Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín”. El objetivo: determinar la relación existente entre los estresores académicos y la capacidad de resiliencia durante la formación académica en alumnos de segundo, tercero y cuarto año. El método: estudio de tipo descriptivo, correlacional y de corte transversal, realizado en 134 estudiantes. Los resultados revelaron que las frecuencias de estrés académico en la población de estudio son, 61,9% casi siempre, 21,2% siempre, 8,7% algunas veces y por último un 8.2% raras veces. Con respecto a la capacidad de resiliencia se encontró que un 73.1% presentó capacidad de resiliencia media y una resiliencia baja y alta en partes iguales con un 13.4%.

Paucar (2010), realizó la investigación: “Niveles de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín”. El objetivo: caracterizar el estrés académico y los estilos de afrontamiento más frecuentes en estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín. El método: estudio descriptivo de corte transversal, realizado en 206 estudiantes. Los resultados mostraron que los factores más significativos dentro del contexto académico son: la realización de un examen, la sobrecarga académica y la falta de tiempo para cumplir las tareas dejadas por el docente; en cuanto a los estilos de afrontamiento predominó el afrontamiento emocional.

Rios (2014), realizó la investigación: “Factores estresores académicos asociados a estrés en estudiantes de enfermería de la Escuela Padre

Luis Tezza”. El objetivo: Objetivo: Determinar los factores estresores académicos asociados a nivel de estrés en los estudiantes de enfermería de la Escuela Padre Luis Tezza. El método: estudio de tipo cuantitativo, de diseño descriptivo correlacional transversal. Realizado en 185 estudiantes de enfermería del II al X ciclo. En los resultados, los factores estresores personales están presentes en 59% y ausentes 41% mientras que los factores relacionados al proceso de Enseñanza aprendizaje están presentes 55% y ausentes 45%. Se observó un nivel de estrés medio 61%, nivel alto 20% y nivel bajo 19%. Los estudiantes de enfermería han manifestado estrés de nivel medio según reacción física 64%, reacciones psicologías 63% y reacciones comportamentales 64%. En cuanto a la relación de los factores estresores académicos y el nivel de estrés están relacionados en las estudiantes de enfermería de la Escuela padre Luis Tezza.

García, R. y Ríos, G. (2016). Realizaron un estudio que tuvo como objetivo fundamental determinar si hay relación entre estrés académico y rendimiento académico. Su diseño fue no experimental de corte transversal y alcance correlacional. La población estaba constituida por estudiantes de secundaria en una Institución Educativa Privada de Lima Metropolitana, usando una muestra de 167 individuos, 88 de género masculino y 79 de 25 género femenino, cuyas edades oscilan entre los 14 y 17 años de edad. Se aplicó el Inventario SISCO de Estrés Académico y para medir el rendimiento académico se utilizó el ponderado final de las calificaciones. Los resultados indicaron que no existe relación entre las variables debido a que el estrés académico no es una causa determinante para el rendimiento académico en esta población en particular. Además se encontró un nivel de estrés moderado y una intensidad media, a su vez se pueden resaltar como estresores académicos: la competencia con los compañeros, el tipo de trabajos que piden los profesores, la participación en clase.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Los procesos cognitivos

2.1.1.1. Definición de los procesos cognitivos

La Psicología Cognitiva es la ciencia que estudia la Cognición, según (Parkin, 1999) “la rama de la psicología que intenta proporcionar una explicación científica de cómo el cerebro lleva a cabo funciones mentales complejas como la visión, la memoria, el lenguaje y el pensamiento” (p.3). Es decir, se dedica al estudio de los procesos cognitivos básicos y superiores responsables de la adquisición de nuevos conocimientos.

Según (Anhihoa, 2017) sostiene que: La definición de los procesos mentales abarca un elevado número de tareas que nuestro cerebro lleva a cabo continuamente. Son los procedimientos encargados de procesar toda la información que recibimos del ambiente. Gracias a ellos tiene lugar la cognición, que nos posibilita conocer el mundo.

Imagina que estás tranquilamente en el sofá mientras ves una película. A pesar de tu ensimismamiento con la historia, empiezas a detectar que huele a quemado. ¿¡Qué vas a hacer!?. Afortunadamente, tu cerebro centrará toda tu atención en el peligro al que te enfrentas.

Recordarás que has dejado una pizza desamparada en el horno. Correrás hacia la cocina lo más rápido posible y coordinarás una serie de movimientos para sacar tu cena. Entonces decidirás si vas a comer las partes más chamuscadas o no y regresarás al salón. Los procesos cognitivos han guiado toda esta sucesión de acciones.

Una interacción armoniosa entre los procesos mentales es fundamental para que analicemos adecuadamente la realidad y respondamos en consecuencia. Gracias a ellos podemos adaptarnos flexiblemente a las demandas de cada situación. Nuestras funciones ejecutivas se encargan de coordinar estos procedimientos.

A pesar de que los procesos mentales interactúan entre ellos; también actúan por separado. Por ejemplo, podemos observar cómo personas con

alteraciones en el lenguaje o en la memoria son capaces de percibir perfectamente estímulos o resolver problemas matemáticos.

Partiendo del ámbito de estudio de la neuropsicología cognitiva, la cual considera al hombre como un aprendiz activo, capaz de resolver problemas y lograr nuevos entendimientos a partir de sus experiencias, la organización y reorganización de la información que posee, asumiendo la cognición, como un proceso de integración, transformación, codificación, almacenamiento y respuesta de los estímulos sensoriales (Rivas, 2008).

2.1.1.2. Teoría de los procesos cognitivos

Los procesos cognitivos son analizados desde diversas ciencias como la lingüística, la sociología, la neurología, la antropología, o la filosofía. En cuanto a la psicología, es la psicología cognitiva el campo dedicado a investigarlos y a procurar que seamos capaces de mejorar nuestros procesos mentales.

En los sesenta, gracias a profesionales de diversas disciplinas, emergió la revolución cognitiva, que propició el estudio de estos procedimientos. Los procesos mentales en psicología son investigados en profundidad. Actualmente su estudio está en auge y se investigan para aplicarlos en campos tan dispares como la psicoterapia o el marketing.

De hecho, las técnicas de neuroimagen resultan una gran ayuda a la hora de indagar en cómo procesamos la información. Podemos confiar en que presenciaremos grandes avances en la comprensión de los procesos cognitivos. En este artículo profundizaremos en ellos de forma que sepas cómo influyen en diversos contextos como tu vida cotidiana.

2.1.1.3. Tipos de procesos cognitivos

A. Procesos cognitivos inferiores o básicos

Según (Nieto, Análisis de los procesos cognitivos en el alumnado de enseñanzas profesionales de danza, 2015) sostiene que:

Los procesos cognitivos básicos, también llamados simples o de primero orden, son aquellas funciones mentales naturales de comportamiento como resistencia o respuesta al ambiente que están determinadas genéticamente y las comparten tanto animales como personas. Estos procesos son seis: sensación, percepción, atención, memoria, motivación y emoción. Y los procesos psicológicos superiores, también llamados complejos o de segundo orden, son funciones mentales específicas que solo poseen las personas, y con ellas llevan conductas complejas (toma de decisiones, pensamiento abstracto,...), dividiéndose en: pensamiento, inteligencia, lenguaje y aprendizaje. Por cuestiones de espacio a continuación desarrollaremos brevemente el funcionamiento de cada uno de los procesos psicológicos básicos y superiores ya que además de suponer el origen de la actividad mental del ser humano nos permiten comprender con mayor precisión las principales problemáticas de índole psicológico tanto en los deportistas como bailarines.

Sensación y percepción

Las sensaciones son provocadas por los diversos estímulos existentes en nuestro entorno. Nos llegan a través de nuestros sentidos y nos permiten conocer información del mundo exterior. Son datos inmediatos que recibimos del ambiente o de nuestro propio cuerpo. En cambio, el proceso mental básico de percepción implica cierta interpretación de los elementos percibidos.

Continuamente percibimos diferentes eventos, a menudo sin realizar ningún esfuerzo. Somos conscientes del movimiento de las personas que nos rodean, los mensajes que nos envían al móvil, los sabores de los alimentos que comemos, la disposición de los muebles de una habitación, nuestras posturas corporales, etc. Nuestras experiencias previas son elementales a la hora de otorgar significado a estos estímulos.

Los psicólogos de la Gestalt realizaron grandes aportaciones al campo de estudio de la percepción. Ellos creían que “el todo es mayor que la suma

de sus partes”. Es decir, consideraban que somos seres activos a la hora de procesar nuestra realidad. Asimismo, elaboraron las célebres leyes de la Gestalt, que explican fenómenos de nuestra percepción como las ilusiones ópticas.

Nuestro cerebro capta sensaciones del medio gracias al proceso sensorial el cual se inicia al percibir el receptor (célula especializada que capta un determinado tipo de energía) un estímulo o energía con un umbral mínimo (intensidad necesaria que tiene que tener un estímulo para que sea captado por una célula especializada) a través de cualquiera de los sentidos (vía fisiológica por la que respondemos a determinado tipo de energía).

Las sensaciones suelen clasificarse por dos criterios. El primero de ello por el lugar en el que se captan los estímulos a través de los que captamos las sensaciones: Externos o exteroceptivas, aquellos estímulos que se producen cuando los estímulos proviene del exterior del organismo (sensaciones de frío, calor, dolor, auditivos, sustantivas, visuales). También podemos sentir sensaciones producidas por estímulos internos llamadas interoceptivas (fiebre, dolor de barriga,...) o las sensaciones producidas por estímulos procedentes de músculos, tendones, articulaciones o sistemas vestibular denominados como propioceptivos.

Atención

Podemos definir la atención como un proceso psicológico que pone en marcha una serie de mecanismos u operaciones gracias a las cuales somos más receptivos a los sucesos del ambiente y llevamos a cabo una gran cantidad de tareas de forma más eficaz (García J. , 1997).

A pesar del desorbitado número de elementos que nos acompañan en cada momento, somos capaces de atender a un gran número de estímulos y también de dirigir nuestra atención en función de nuestros intereses.

Algunas acciones como caminar o masticar prácticamente no requieren atención. En cambio, debemos centrarnos lo máximo posible en medir todas las palabras que decimos y nuestro lenguaje corporal si estamos

exponiendo públicamente un proyecto trascendental ante una audiencia exigente.

Afortunadamente, logramos automatizar ciertos procesos que hemos repetido varias veces. Por ejemplo, a pesar del gran esfuerzo que cuesta coordinar todas las tareas que requiere conducir al principio, posteriormente se consigue de una forma infinitamente más fluida y sencilla.

Características de la atención:

- Para Kahneman, nos dice: “La Concentración: Se denomina concentración a la inhibición de la información irrelevante y la focalización de la información relevante, con mantenimiento de ésta por periodos prolongados La atención se manifiesta por su intensidad y por la resistencia a desviar la atención a otros objetos o estímulos secundarios, la cual se identifica con el esfuerzo que deba poner la persona más que por el estado de vigilia”.

Para Kahneman, nos dice: “La Distribución de la atención: A pesar que la atención tiene una capacidad limitada que está en función del volumen de la información a procesar y del esfuerzo que ponga la persona, es posible que podamos atender al mismo tiempo a más de un evento. La Distribución de la atención se manifiesta durante cualquier actividad y consiste en conservar al mismo tiempo en el centro de atención varios objetos o situaciones diferentes”.

- Para Kahneman, nos dice: “La Estabilidad de la atención. Esta dada por la capacidad de mantener la presencia de la misma durante un largo periodo de tiempo sobre un objeto o actividades dadas. Es necesario recalcar que para obtener estabilidad en la atención se de-be descubrir en el objeto sobre el cual se está orientado nuevas facetas, aspectos y relaciones, la estabilidad dependerá también de condiciones como el grado de dificultad de la materia, la peculiaridad y familiaridad con ella, el grado de comprensión, la actitud y la fuerza de interés de la persona con respecto a la materia”.

Clasificación de la atención

Para (Luria, 2005) nos dice: “Atención involuntaria.- La atención involuntaria está relacionada con la aparición de un estímulo nuevo, fuerte y significativo, y desaparece casi inmediatamente con el surgimiento de la repetición o monotonía”.

La atención involuntaria tiende a ser pasiva y emocional, pues la persona no se esfuerza ni orienta su actividad hacia el objeto o situación, ni tampoco está relacionada con sus necesidades, intereses y motivos inmediatos. Una de sus características más importantes es la respuesta de orientación, que son manifestaciones electrofisiológicas, motoras y vasculares que se dan ante estímulos fuertes y novedosos, tal respuesta es innata

Memoria

Potestad que participa en el funcionamiento de otros procesos psicológicos, como la percepción, el pensamiento, el aprendizaje. Proceso que consta, al menos, de dos momentos o etapas distintas: almacenamiento (o registro) de información y recuperación de la información. La memoria reconstruye los datos alguna vez percibidos y almacenados, pero también construye o modifica datos almacenados, por la influencia de otros procesos cognitivos y afectivos. Facultad que puede funcionar más o menos eficientemente, dependiendo del uso de estrategias de almacenamiento y recuperación de información

¿Cuál es la capital de Francia? ¿Quién fue tu mejor amigo en el colegio? ¿Cómo se toca la flauta? Nuestra memoria tiene las respuestas para estas cuestiones y para un sinnúmero de preguntas más. Nos permite codificar los datos que recibimos del ambiente, consolidarlos y recuperarlos posteriormente.

Tenemos diversos tipos de memoria; como la memoria sensorial, la memoria a corto plazo, la memoria de trabajo, la memoria semántica, la memoria autobiográfica, etc. Estas clases interactúan entre ellas, pero no todas dependen de las mismas partes del cerebro. Una muestra de esto son

las personas que padecen amnesia y pueden recordar cómo caminar pero no quién es su pareja.

Tipos de memoria

Según Molina María J. en su obra Teoría Cognitiva Global nos dice: Su Clasificación de los tipos de memoria son: La memoria a corto plazo, La memoria a medio plazo, La memoria a largo plazo.

a) La memoria a corto plazo

Según Meza (2003), manifiesta: “La cantidad de información susceptible de ser retenida en la Memoria a Corto Plazo MCP, primaria o de trabajo, se ha estudiado experimentalmente que tiene una capacidad límite de 5 a 9 unidades de información, no obstante mediante reglas u estrategias subjetivas podemos aumentar esta capacidad de retención” (p.98).

Según Molina María J. en su obra Teoría Cognitiva Global nos dice: “En esta memoria se encuentra toda la información que se ha tratado desde la última vez que se hizo la labor de mantenimiento o limpieza del sistema, es decir, desde la última que se durmió el tiempo suficiente para realizar dicha labor. El grado de conservación o estado de la información dependerá del tiempo mencionado y, por supuesto, de la capacidad fisiológica o genética de cada individuo. Esta memoria se alimentará principalmente de la información que haya pasado por la memoria auxiliar de trabajo, tanto proveniente de la memoria a medio y largo plazo como de la experiencia y razonamiento del tiempo mencionado más arriba”.

b) La memoria a medio plazo

Según Molina María J. en su obra Teoría Cognitiva Global nos dice: “Una forma de optimizar la información contenida en la memoria a corto plazo será el mantener la información lo más ordenada posible y ello nos llevará, seguramente, a tomar muchos datos que no podemos ordenar en el momento pero que se almacenan para tratarlos y ordenarlos posteriormente”

c) La memoria a largo plazo.

Javier Olleta nos dice: “La memoria a corto plazo no retiene una imagen del mensaje sensorial, retiene más bien la interpretación de dicha imagen. Retiene la información de una manera consciente, su duración es muy limitada -como mucho unos pocos minutos- y su capacidad también - generalmente, un máximo de cinco o seis ítems”

B. Procesos cognitivos superiores o complejos

Inteligencia

La inteligencia es un concepto escurridizo que nos ayuda a resolver diferentes tipos de problemas. Hoy en día la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner goza de una gran aceptación. Gardner mantiene que no existe un único tipo de inteligencia y que es preferible contemplar diversas capacidades en distintos ámbitos.

La inteligencia intrapersonal, la lingüística, la lógico-matemática o la musical son ejemplos de las clases de este proceso cognitivo superior. Actualmente también se enfatiza notablemente la relevancia de la inteligencia emocional, que es esencial para que seamos capaces de manejar las coyunturas que se nos presentan en nuestro día a día.

Existen ciertas características más habituales en las personas inteligentes. Sin embargo, podemos poner en práctica estrategias para desarrollar nuestra inteligencia. Este proceso mental superior no es estático y no puede limitarse a un número obtenido en un test para medir nuestro cociente intelectual.

Pensamiento

La complejidad y heterogeneidad de nuestros pensamientos resulta fascinante. Este proceso mental superior se encarga de tareas relativas a la resolución de problemas, el razonamiento, la toma de decisiones, el pensamiento creativo, el pensamiento divergente, etc.

Para simplificar estas funciones, nuestro cerebro tiende a crear conceptos. Necesitamos agrupar ideas, objetos, personas o cualquier otra clase de elementos que se nos ocurra. Generalmente esto nos ayuda a agilizar

nuestros procesos mentales. No obstante, intentamos ser lógicos y a menudo ignoramos lo irracionales que somos.

Utilizamos atajos para no analizar toda la información y pensar rápidamente. Esto nos conduce a cometer sesgos cognitivos, que son desviaciones del proceso normal de razonamiento. Por ejemplo, a veces creemos que somos capaces de averiguar lo que va a suceder en un juego de azar.

De hecho, incluso en ocasiones los sesgos cognitivos dan lugar a las distorsiones cognitivas, que son pensamientos extremadamente negativos e irracionales como “todo el mundo me odia”. No obstante, nosotros mismos podemos detener nuestros pensamientos obsesivos.

Lenguaje

Asombrosamente, somos capaces de producir y comprender diversos sonidos y palabras, combinar un sinnúmero de letras y frases, expresar con precisión lo que deseamos comunicar, etc. Asimismo, acompañamos nuestras palabras de nuestro lenguaje corporal. Incluso podemos dominar más de un idioma.

El desarrollo del lenguaje se produce a lo largo de todo nuestro ciclo vital. Las competencias comunicativas de cada persona varían notablemente y se pueden mejorar practicando. Algunos trastornos del lenguaje dificultan especialmente la comunicación por diferentes causas, aunque también es posible ayudar a las personas con estos problemas.

Enfoques teóricos del aprendizaje.

Los enfoques cognitivos consideran que una persona es alguien que sabe, que tiene comprensión y capacidad para resolver problemas nuevos sin necesidad de que estos hayan sido aprendidos o vivenciados anteriormente (sin aprendizaje previo)

El enfoque cognitivo considera el aprendizaje como una adquisición y modificación de estructuras y conocimientos. Considera que las conductas son los productos de esos cambios en las estructuras de conocimiento

La cognición.

La palabra cognición viene del latín: cognoscere, "conocer" que hace referencia a la facultad de procesar información a partir de la percepción, el conocimiento adquirido (experiencia) y características subjetivas que permiten valorar la información.

“El concepto de cognición es frecuentemente utilizado para significar el acto de conocer, o conocimiento, y puede ser definido, en un sentido cultural o social, como el desarrollo emergente de conocimiento dentro de un grupo que culmina con la sinergia del pensamiento y la acción.”

2.2.2. El estrés académico

(Hernández, 2011) Refiere que la palabra estrés proviene del latín ‘stringere’ que significa empujar, estrechar, oprimir.

(Mendiola, 2010) Refiere que el término original proviene del francés antiguo destresse’ que es ser colgado bajo estrechez u dominación.

(Pereyra, 2010) Manifiesta que el termino estrés, de origen anglosajón, significa nerviosismo y opresión

(Barraza, 2006) Define al estrés académico como un proceso sistémico, que se da de forma adaptativa y psicológica cuando el alumno se encuentra sometido a diversas tareas y responsabilidades que son considerados estresores.

(Peiro, 2005) Sostiene que el estrés académico es una forma de adaptación del estudiante, en función a sus habilidades, adaptación que genera impacto en su desempeño académico.

(Garcia & Muñoz, 2004) Sostienen que el estrés académico se basa en los procesos cognitivos y afectivos que hace que el alumno se impacte a través de los estresores académicos que se le presentan.

El estrés es una de las situaciones más frecuentes del hombre moderno. En los países desarrollados lo padece la mitad de la población. Los orígenes de esta noción son muy antiguos.

De acuerdo con Rojas (1998), y a Hipócrates a quien se consideraba el padre de la medicina, subrayo la existencia de un *vis medicatix naturae*, un poder curativo de la naturaleza, es decir, la puesta en marcha de una serie de mecanismos biológicos, con el fin de defendernos de las agresiones provenientes del exterior.

Durante la evolución del ser humano, el estrés ha estado presente a lo largo de su vida; sin embargo, el término como tal empezó a utilizarse en el siglo XIV para indicar “dureza, tensión, adversidad o aflicción”. Para el siglo XVIII, Hocke (cit. en Rojas, 1998) lo empleó dentro de la física en un contexto referente a un cuerpo inactivo o pasivo que es deformado por fuerzas ambientales.

Es por eso que en algunas fuentes de conocimiento leídas hace mención que el término estrés fue utilizado originalmente en la física y en la arquitectura. Pero la investigación sobre el estrés no se produce hasta el siglo XIX, en áreas como a medicina y la biología en los que se menciona los conceptos de “estrés” y “estrían” como indicadores de pérdida de salud.

Rojas (1998), define al estrés como un proceso activo de resistencia y propone que “los cambios externos en el ambiente pueden perturbar al organismo que es por lo que se debe mantener el propio ajuste frente a tales cambios para alcanzar la estabilidad del medio interno”.

El concepto fue formalmente introducido en los textos de Psicología a raíz de los estudios de Walter Cannon, en 1932, este autor se interesó en los procesos de adaptación fisiológica de los organismos e introdujo el concepto de “homeostasis” describiendo el equilibrio entre el organismo y su ambiente físico. Afirmaba que éste equilibrio puede romperse si las carencias o presiones del ambiente persisten más allá de las resistencia del organismo. Esta noción se traslapa en nuestra concepción de estrés, al ser humano. García y Orozco (2004). Pero quien acuño propiamente el término de estrés fue Hans Selye en 1936, (citado en García y Orozco 2004), utilizó el término estrés y lo definió como un conjunto coordinado de reacciones fisiológicas ante cualquier forma de estímulo nocivo (incluyendo amenazas psicológicas); una reacción que llamo Síndrome General de Adaptación.

Por supuesto que el estrés no era una demanda ambiental (estímulo estresor), sino un grupo universal de reacciones orgánicas y de procesos originados como respuesta a tal demanda. Originalmente se refirió las reacciones inespecíficas del organismo ante estímulos físicos y psíquicos, involucrando procesos de adaptación (eustres) y anormales (distres). Por su trabajo se le ha llamado el “Padre del término estrés”.

Sin embargo como se desarrollan otros enfoques en Psicología como el conductual, se ha ido dando una conceptualización y utilidad diferente, tal como lo señala Reynoso (2005), en el cual el estrés o los estímulos estresantes son una relación directa unicausal estímulo-respuesta.

Estrés académico.

El ser humano se encuentra inmerso en una sociedad organizacional donde, desde que nace hasta que muere, su vida transcurre en estrecho contacto con sistemas organizacionales.

Polo, Hernández y poza (1996, citado por Jiménez) definen el estrés académico como aquél que se produce relacionado con el ámbito educativo. En términos estrictos, éste podría afectar tanto a profesores, como a estudiantes en cualquier nivel educativo.

Barraza (2006) explica este periodo como una característica de la sociedad actual hace que el estudio de fenómenos típicamente humanos, como es el caso del estrés académico, adquieran un mayor grado de capacidad al estar inmersos en una doble contingencia (Rodríguez, 2001) que obliga a una coordinación entre los patrones organizacionales de comportamiento y la conducta de sus miembros.

Un sistema organizacional donde el ser humano se encuentra inmerso, por períodos de tiempo prolongados, es el constituido por las instituciones educativas.

El inicio de la escolarización y su posterior desarrollo, sin olvidar el tránsito de un nivel educativo a otro, suelen ser eventos estresantes para el ser humano que en ese momento juega el rol de alumno.

Barraza (2007) a esta definición hay que hacerle dos acotaciones importantes para poder llegar a una mejor definición:

- Esta definición se circunscribe al estrés que padece los alumnos a consecuencia de las exigencias endógenas o exógenas que impactan su desempeño en el ámbito escolar. En ese sentido se difiere de Polo, Hernández y Poza (1996) que consideran que el estrés académico puede afectar por igual a maestros y alumnos, ya que en el caso de los maestros su estrés debe ubicarse como estrés laboral u ocupacional.
- A pesar de que Orlandini (1999) “no establece una diferencia entre los niveles educativos que cursan los alumnos al momento de clasificar el estrés como académico, la literatura existente sobre el tema si lo realiza.”

Con base en estas acotaciones se propone la siguiente definición: “El Estrés Académico es aquel que padecen los alumnos de educación media superior y superior y que tiene como fuente exclusiva a estresores relacionados con las actividades a desarrollar en el ámbito escolar”

Conceptualización del Estés académico

El mismo Barraza (2006), define al estrés académico como un “proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos”:

- Primero: el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores (input).
- Segundo: esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio).
- Tercero: ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (output) para restaurar el equilibrio sistémico.

A esta definición hay que hacerle dos acotaciones importantes para lograr una mejor conceptualización:

- En primer lugar, y aunque algunos de los lectores la consideren una aclaración innecesaria, esta definición se circunscribe al estrés que manifiestan los alumnos y que se origina en las demandas o exigencias de la institución educativa. En ese sentido difiere de Polo, Hernández y Poza (1996) que consideran que el estrés académico puede afectar por igual a maestros y alumnos, ya que en el caso de los maestros su estrés debe identificarse como estrés laboral u ocupacional.
- En segundo lugar, y a pesar de que Orlandini (1999)¹² no establece una diferencia entre los niveles educativos que cursan los alumnos al momento de clasificar el estrés como académico, la literatura existente sobre el tema si lo realiza, por lo que suele denominar estrés escolar (v. gr. Witkin, 2000 y Trianes, 2002) a aquel que manifiestan los niños de educación básica, por lo que en este trabajo se entenderá por estrés académico solamente a aquel que manifiestan los alumnos de educación media superior y superior.

Síntomas del estrés académicos.

Los síntomas del estrés académico son las manifestaciones del estudiante que pueden ser propias del cuerpo como son las físicas, que tengan que ver con las funciones cognitivas o aquellas que involucran la parte comportamental.

La exposición continua al estrés puede generar reacciones que pueden ser catalogadas como físicas, psicológicas y comportamentales según se mencionó líneas arriba. Por el trabajo de Rossi (2001), con algunas modificaciones efectuadas por Barraza (2008):

Entre las reacciones físicas, propias del cuerpo, se encuentran las siguientes (Barraza, 2008, 2014):

- Dolor de cabeza
- Cansancio difuso o fatiga crónica
- Disfunciones gástricas
- Dolor de espalda Dificultad para dormir o sueño irregular
- Frecuentes catarros y gripes
- Excesiva sudoración

- Aumento o pérdida de peso
- Temblores o tic nerviosos.

Síntomas psicológicos (Barraza, 2008, 2014) como:

- Ansiedad
- Susceptibilidad
- Tristeza
- Sensación de no ser considerado
- Irritabilidad excesiva
- Indecisión
- Pesimismo hacia la vida
- Preocupación excesiva.
- Tono de humor depresivo.

Entre los indicadores comportamentales se encuentran:

- Olvidos frecuentes.
- Aislamiento
- Tendencia a polemizar
- Desgano
- Absentismo escolar
- Escaso interés en la propia persona
- Conflictos frecuentes.
- Dificultad para aceptar responsabilidades.
- Aumento o reducción de consumo de alimentos.

Factores asociados al estrés académico.

Según Polo y colaboradores (1994), menciona que (Fisher 1984, 1986) considera que la entrada en la Universidad (con los cambios que esto supone) representa un conjunto de situaciones altamente estresantes debido a que el individuo puede experimentar, aunque sólo sea transitoriamente, una falta de control sobre el nuevo ambiente, potencialmente generador de estrés y, en último término, potencial generador con otros factores del fracaso académico universitario.

El modelo de control, propuesto por este autor, (Fisher, 1986), sostiene que los eventos vitales provocan cambios en el nivel de exigencia junto con una reducción del control del individuo sobre varios aspectos del nuevo estilo de vida. Dichos cambios crean discrepancias e introducen novedades que pueden hacer decrecer el nivel de control personal en relación al ambiente.

Desde este modelo se propugna la importancia del control personal en el entendimiento del estrés académico. El control hace referencia al dominio sobre los eventos diarios o situaciones cotidianas, esto es, la habilidad para manejar el ambiente, lo que, si se consigue, es percibido por el individuo como placentero.

El cambio o transición de un ambiente a otro son características habituales de la vida, sin embargo, en la mayoría de los casos, estos cambios se asocian a estrés e, incluso, pueden tener efectos poderosamente negativos sobre algunas personas, afectando a su bienestar personal y a su salud en general.

Por otro lado, el estilo de vida de los estudiantes se ve modificado según se acerca el período de exámenes, convirtiéndose así sus hábitos en insalubres - exceso en el consumo de cafeína, tabaco, sustancias psicoactivas como excitantes e, incluso, en algunos casos, ingestión de tranquilizantes-, lo que, a la larga, puede llevar a la aparición de trastornos de salud (Hernández, Pozo y Polo, 1994).

Sin embargo, no todos los estudiantes universitarios padecen estrés. La respuesta al estrés depende de la disposición personal para hacer frente a las demandas de la situación así como de la propia situación a la que nos refiramos. Es decir, cómo un individuo responde a los acontecimientos estresantes depende tanto de la disposición personal de dicho individuo como de la situación en la cual dichos acontecimientos suceden.

Efectos del estrés académico

Considerando como variable el tiempo, el estrés produce efectos en las personas, siendo estos:

- a) **Efectos inmediatos** Aquellos efectos que producen en la persona en un corto período de tiempo, normalmente lo podemos expresar en cambios en la conducta del individuo.
- b) **Efectos mediatos** Aquellos efectos que producen en la persona en un período de tiempo, a causa de los efectos inmediatos y que perduran en el tiempo, normalmente lo podemos expresar en enfermedades físicas, afecciones, adicciones, disminución en su rendimiento habitual.
- c) **Efectos Fisiológicos** Cambios en la tasa cardíaca, la presión arterial, la tasa respiratoria y respuestas hormonales e inmunológicas, siendo la realización de exámenes el principal estresor académico.
- d) **Efectos psicológicos** Los efectos a corto plazo repercuten en el nivel emocional presente como puede ser ansiedad y tensión, en las algunas respuestas cognitivas y emocionales donde el sujeto valora la situación como estresante, y conductas manifiestas nocivas como son: consumo de tabaco, alcohol, cafeína, alteraciones en el sueño y en la ingesta de alimentos.
- e) **Efectos cognitivos** Los patrones emocionales y de valoración de la realidad varían desde la realización del examen hasta el momento de las calificaciones.
- f) **Efectos al rendimiento y comportamiento organizacional del estudiante** Disminución de la concentración, aumento de la irritabilidad, deterioro de la memoria (tanto a corto plazo como a largo plazo), la velocidad de respuesta disminuida, aumenta la frecuencia de cometer errores, deterioro de la capacidad de organización y capacidad crítica.
- g) **Efectos Conductuales** El estilo de vida de los estudiantes se ve modificado cuando se acerca el periodo de exámenes, convirtiéndose en hábitos insalubres. Consumo de cafeína tabaco, sustancias psicoactivas, como excitantes, ingestión de tranquilizantes. Puede llevar a la aparición de trastornos de salud.

2.3. Bases filosóficas

En el desarrollo del paradigma cognitivo concurren las insuficiencias explicativas del conductismo, junto a las aportaciones conceptuales de nuevas disciplinas científicas y tecnológicas, como la teoría de la información y la comunicación, la cibernética, la teoría de la computación, la teoría general de sistemas y la lingüística generativa.

La teoría de la información (Shannon & Weaver, 1949) proporcionó inicialmente valiosos conceptos para la elaboración de la teoría del procesamiento de la información, con su estudio matemático de la transmisión óptima de los mensajes, los análisis de la capacidad del canal, forma de codificación y contenido del mensaje en bits de información; aunque inviable en la medición de la cantidad de información en el sistema humano. La analogía entre canal de comunicación y mente conlleva valiosos impulsos en la investigación cognitiva, como el concepto de atención como filtro selectivo (Broadbent, 1958) o el concepto de chunk o agrupamiento mental de elementos informativos. (Miller, 1956).

La cibernética (Wiener, 1948) como teoría de la regulación y control de los sistemas, tanto físicos, como orgánicos y sociales ejerció una importante influencia. Cabe destacar la aplicación de la idea de servomecanismo y especialmente el concepto de retroinformación o bucle de retroalimentación que permite determinar la diferencia entre la meta ideal hacia la que se dirige la acción y el estado presente de las cosas. La aplicación de conceptos de la cibernética a los sistemas de computación y el concepto de decisión resultan de gran valor en el análisis de los procesos cognitivos.

Asimismo la teoría general de sistemas (von Bertalanffy 1950) puso de relieve que cualquier sistema constituye un todo unitario, en que cada una de sus partes está interrelacionada con las demás formando una unidad integrada (sistémica) cuya función está por encima de la suma de las funciones de sus componentes. La idea de que las propiedades de cada parte del sistema influyen en las propiedades del conjunto global, resulta de gran importancia en la consideración de la conducta humana como la resultante de un conjunto de interacciones entre los componentes en los distintos procesos.

La lingüística generativa y transformacional, (Chomsky, 1959) constituyó una aportación sustancial al poner de manifiesto que el lenguaje no puede ser explicado como un simple aprendizaje asociativo a base de ciclos de estímulo, respuesta y refuerzo. Pone de relieve la función de los procesos mentales en la comprensión y expresión o producción de lingüística, sobre la base de una competencia innata, con su fecunda distinción entre competencia y realización.

La sobresaliente influencia del conductismo, de origen norteamericano, en la primera parte del siglo XX comienza a declinar, mientras prosperaran las investigaciones sobre los procesos cognitivos. Realmente el estudio de los procesos mentales nunca desapareció, particularmente en el contexto europeo, por lo que en una consideración diacrónica, no fue tan tremenda la explosión cognitiva (Sperry, 1993); ni tan enorme la revolución cognitiva (Bruner, 1997) exagerada por algunos. Aunque las diferencias en el momento actual son sustanciales, tampoco ha de olvidarse la postura de quienes afirman que no son tan radicales como parecen. (Hintzman, 1993).

En esa línea de desarrollo del paradigma cognitivo, constituyó un jalón importante la publicación del libro de Neisser (1967) *Cognitive psychology*, traducido al español como *Psicología cognoscitiva* (1976)), donde se describe la cognición, objeto de la psicología cognitiva, como “todos los procesos mediante los cuales una entrada sensorial (input) es transformada, reducida, elaborada, almacenada, recuperada y utilizada” (p. 14).

En el paradigma cognitivo del procesamiento de la información se emplea el método experimental en la recogida de los datos y contraste de las hipótesis con hechos empíricos, con un rigor metodológico semejante al exhibido por el conductismo, aunque bajo distintos supuestos heurísticos, pues los procesos mentales que subyacen a la conducta humana no son directamente observables sino inferibles. Esto es, en el estudio de los procesos cognitivos se utilizan procedimientos empíricos que permitan inferirlos.

Se añaden las aportaciones de la neuropsicología cognitiva, con la investigación de los trastornos en la cognición por daño cerebral (amnesia, agnosia, afasia, dislexia, etc.) En el mismo ámbito son destacables las contribuciones de la neurociencia cognitiva con sus análisis (on line) de la actividad del cerebro normal en relación con las diferentes operaciones cognitivas, empleando técnicas

(neuroimagen) de alta resolución espacial y buena resolución temporal que permiten obtener información de donde y cuando ocurre la actividad cerebral. El electroencefalograma permite detectar rápidos cambios en el potencial eléctrico, en pocos milisegundos, desde que se presenta un estímulo al sujeto. La tomografía de emisión de positrones y la imagen por resonancia magnética funcional permiten detectar la mayor actividad de las neuronas de una región cerebral implicada en procesos cognitivos por el mayor flujo sanguíneo en la misma. Por último, en la interdisciplinaria ciencia cognitiva concurren en el estudio del funcionamiento de la mente científicos provenientes de distintas disciplinas: filósofos, lingüistas, antropólogos, psicólogos, neurólogos, especialistas en inteligencia artificial.

2.4. Definición de términos básicos.

Adaptación

Acción recíproca entre el individuo y el medio en el que vive este. La adaptación viene marcada por la modificación de la conducta del individuo respecto a las condiciones del medio en el que vive, a su vez mediante esta acción del individuo el medio va evolucionando.

Actitud

Es un estado mental y neuronal de disponibilidad que ejerce in-flujo directivo o dinámico sobre las respuestas del individuo a todos los objetos y situaciones con que está relacionado y que se forma a base de experiencia.

Atención

La atención modifica la estructura de los procesos psicológicos, haciendo que estos aparezcan como actividades orientadas a ciertos objetos, lo que se produce de acuerdo al contenido de las actividades planteadas que guían el desarrollo de los procesos psíquicos, siendo la atención una faceta de los procesos psicológicos . Rubenstein (1999).

Cognitivismo

Es la idea de que el trabajo de la mente humana puede ser entendido, estructurado en términos de reglas al procesamiento de una información.

Conductismo

Es uno de los principales marcos teóricos dentro de la psicología social, su objetivo principal es la predicción y control de la conducta humana. Se basa en el estudio de la conducta observable, dejando a un lado todo estudio relacionado con la formación de la conciencia.

Edad mental.

Concepto de psicología diferencial. En Escala Métrica de la Inteligencia, Binet y Simón publicaron un conjunto de pruebas ordenadas de menor a mayor dificultad. Estas pruebas se las aplicaban a los niños hasta encontrar la prueba que el niño no podía resolver en más de un cincuenta por ciento. La edad mental del niño correspondía a la prueba in-mediatemente anterior a la que no había podido resolver. Así, para medir el retraso, Binet utilizó la diferencia entre la edad cronológica y la edad mental.

Ideas

En la filosofía platónica, las Ideas (de los términos griegos "idéa", "êidos") o Formas (de "morphé") son la auténtica realidad y equivalen a la esencia de las cosas. Son aespaciales, atemporales, eternas y constituyen el objeto del conocimiento estricto. En la filosofía moderna, tanto racionalista como empirista, el término "idea" sirve generalmente para designar todo lo que hay en la mente, todo contenido psíquico o vivencia, y en particular los contenidos informativos como las sensaciones y los conceptos. Precisamente una de las líneas de investigación de la "psicología filosófica" de estos autores se centró en el descubrimiento de los principios mentales que determinan los distintos modos de combinarse y relacionarse las ideas, en la llamada "asociación de ideas".

La Percepción

Según Hernández, Juanita nos dice: La percepción es el primer proceso cognoscitivo, a través del cual los sujetos captan información del entorno, la razón de ésta información es que usa la que está implícita en las energías que llegan a

los sistemas sensoriales y que permiten al individuo animal (incluyendo al hombre) formar una re-presentación de la realidad de su entorno.

La memoria

Según Molina María J. en su obra Teoría Cognitiva Global nos dice La memoria humana, a diferencia de la memoria de los animales que actúa principalmente sobre la base de sus necesidades presentes, puede contemplar el pasado y planear el futuro. Respecto de su capacidad, se ha calculado el cerebro humano puede almacenar información que “llenaría unos veinte millones de volúmenes, como en las mayores bibliotecas del mundo”. Algunos neurocientíficos han calculado que en toda una vida se utiliza solo una diezmilésima parte (0,0001) del potencial del cerebro.

Mapa cognitivo

Según el neo conductista Tolman para entender el aprendizaje es necesario referirse a dos tipos de variables intermedias, los propósitos y las cogniciones.

Los propósitos se refieren a la persistencia o afán de un organismo en la realización de una serie de conductas hasta que alcanza una meta; las cogniciones se refieren a la comprensión que el animal parece tener de las relaciones medios-fines existentes entre las cosas. Los mapas cognitivos son cogniciones. El siguiente experimento de Tolman puede ilustrar qué son los mapas cognitivos: situamos a una rata en un laberinto y le enseñamos, mediante condicionamiento, a salir de él; si llenamos el laberinto de agua podemos ver que la rata también consigue salir del laberinto; ¿qué ha aprendido la rata? No ha aprendido una cadena de asociaciones de movimientos musculares, pues en un caso salía del laberinto corriendo y en otro nadando; parece que la rata ha aprendido un "mapa" o representación de la situación y lo ha utilizado para salir del laberinto. Es precisamente esta referencia a estados internos lo que acerca las tesis de Tolman a la psicología cognitiva, puesto que es fácil, aunque tal vez no imprescindible, interpretar las "cogniciones" de las que hablaba Tolman en término mentalistas, muy del gusto de la psicología cognitiva.

Memoria

En psicología, la memoria es la capacidad para almacenar, re-tener y recordar información. La memoria humana es la función cerebral que resulta de las conexiones sinápticas entre las neuronas. Permite a los seres humanos retener experiencias pasadas. Los recuerdos se crean cuando las neuronas integradas en un circuito refuerzan la intensidad de las sinapsis.

Modelos cognitivos.

Un modelo es una representación de un determinado aspecto de la realidad; con el modelo intentamos reproducir las propiedades del sistema original que nos parecen más importantes. En psicología cognitiva, las teorías relativas a los procesos cognitivos se han presentado habitualmente en la forma de modelos cognitivos: se trata de representaciones de los distintos procesos y elementos que intervienen en una actividad psicológica. Así, en psicología del procesamiento de la información, y como consecuencia de la metáfora del ordenador, se han utilizado modelos gráficos que toman la forma de diagramas de flujo (como los que utilizan los programadores para representar la secuencia de instrucciones que debe realizar el ordenador); estos modelos cognitivos presentan las estructuras y elementos que intervienen en el proceso, los procesos y actividades de la información, y el flujo o dirección de la información cuando la mente la procesa.

Observación

La observación es una parte fundamental de la práctica científica. En las ciencias empíricas la investigación empieza y acaba en la observación: el científico comienza su investigación con la medida o descripción de algún fenómeno percibido, y la termina con la comprobación de que la realidad se comporta tal y como suponen sus hipótesis. La observación es la recolección de datos de las realidades empíricas, y puede ser.

Percepción

La percepción es el conocimiento directo, no conceptual, de los objetos físicos. Los enfoques empiristas de la percepción tienden a considerarla como la suma de las sensaciones que tenemos de un objeto, a negar un papel activo en el sujeto y a negar la influencia de elementos que no se encuentren en los estímulos como los recuerdos, las valoraciones del sujeto). Los enfoques racionalistas señalan, por el

contrario, que la percepción exige algo más que la mera suma de los elementos - la apercepción por ejemplo-, y destacan la importancia de los elementos cognoscitivos superiores, en particular de índole intelectual, a la hora de interpretar los estímulos; el enfoque racionalista señala, por tanto, el papel activo de la mente en la percepción. Las investigaciones psicológicas sobre este tema se refieren fundamentalmente a la descripción de lo que es la percepción, de la influencia de los estímulos, de los órganos perceptuales y de la experiencia anterior que el sujeto tiene.

Procesamiento de la información.

Según John Lachman y E.C. Butterfield, el llamado procesamiento de información considera que se realizan pocas operaciones simbólicas, relativamente básicas, tales como codificar, comparar, localizar y/o almacenar. Por consiguiente, en último caso puede dar cuenta de la inteligencia humana y la capacidad para crear conocimiento, innovaciones y tal vez expectativas respecto al futuro.

Psicología cognitiva

La psicología cognitiva supone una renovación del mentalismo, al reivindicar la mente como objeto de la psicología, pero a diferencia del mentalismo clásico -por ejemplo, el de Wundt renuncia a la introspección prefiriendo el conductismo metodológico. Las tesis fundamentales de este punto de vista son las siguientes: se considera a los estímulos como unidades informativas básicas o "inputs" y no como meras causas, al modo de los conductistas; la mente es activa pues toma dichas unidades informativas básicas, las transforma siguiendo determinadas reglas o procedimientos y construye otras unidades de salida u "outputs". Los "outputs" pueden ser la conducta visible, el lenguaje, el pensamiento, la memoria, la percepción. La tarea de la psicología es el descubrimiento de los mecanismos y niveles del procesamiento de la información que realiza nuestra mente y que explica la conducta y los distintos estados mentales.

Terapia cognitiva.

La terapia cognitiva considera que la conducta desadaptada es consecuencia de una disfunción de procesos cognitivos. Aunque son muchas las técnicas

cognitivas, un elemento habitual en todas ellas es la clara importancia que otorgan a la necesidad de reestructurar la mente para corregir la conducta: eliminar creencias y pensamientos irracionales o pensamientos negativos sobre uno mismo, el entorno y sus posibilidades para la realización de proyectos, mejorar en el sujeto su capacidad para la resolución de problemas, etc.

2.5. Hipótesis

2.5.1. Hipótesis General

Los procesos cognitivos se relacionan significativamente con el estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

2.5.2. Hipótesis específicas

- Los procesos cognitivos se relacionan significativamente con la dimensión reacciones físicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.
- Los procesos cognitivos se relacionan significativamente con la dimensión reacciones psicológicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.
- Los procesos cognitivos se relacionan significativamente con la dimensión reacciones comportamentales del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018

2.6. Operacionalización de Variables

Tabla 1

Operacionalización de la variable X

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Categorías	Intervalos
Procesos cognitivos inferiores o básicos	• Sensación y percepción	5	Deficiente	5 -9
	• Atención		Aceptable	10 -14
	• Memoria		Eficiente	15 -20
Procesos cognitivos superiores o complejos	• Inteligencia	5	Deficiente	5 -9
	• Pensamiento		Aceptable	10 -14
	• Lenguaje		Eficiente	15 -20
Procesos cognitivos		10	Deficiente	10 -19
			Aceptable	20 -29
			Eficiente	30 -40

Tabla 2.

Operacionalización de la variable Y

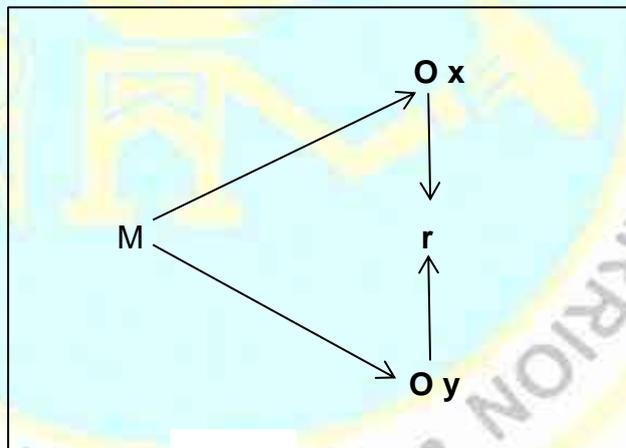
Dimensiones	Indicadores	Ítems	Categorías	Intervalos
Reacciones físicas,	- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas) Fatiga crónica (cansancio permanente)	5	Bajo	5 -9
	- Dolores de cabeza o migrañas		Medio	10 -14
	- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea		Alto	15 -20
	- Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.			
Reacciones psicológicas	- Somnolencia o mayor necesidad de dormir	5	Bajo	5 -9
	- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir		Medio	10 -14
	- Aislamiento de los demás		Alto	15 -20
Reacciones comportamentales.	- Desgano para realizar las labores escolares	5	Bajo	5 -9
	- Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)		Medio	10 -14
	- Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas		Alto	15 -20
	- Elogios a sí mismo			
	- La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)			
Estrés académico		15	Bajo	15 -29
			Medio	30 -44
			Alto	45 -60

CAPITULO III METODOLOGIA

3.1. Diseño metodológico

Según Hernández Sampieri Et, Al. (2003) “los diseños de investigación transeccional o transversal recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado”.

Por lo cual la presente investigación pertenece al Diseño **Transeccional** o conocido como **diseño Transversal** (No experimental), ya que se basa en las observaciones de los variables se demuestra y describe en un momento único, tal y conforme se presentan sin manipulación deliberadamente)



Denotación:

M = Población

Ox = Observación a la variable independiente.

Oy = Observación a la variable dependiente.

r = Relación entre variables.

3.2. Población y muestra

3.2.1. Población

La población de estudio estuvo constituida por 438 estudiantes Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Tabla 3

Población del estudio

N	Ciclos	Cantidad
1	I ciclo	42
2	II ciclo	26
3	III ciclo	38
4	IV ciclo	35
5	V ciclo	64
6	VI ciclo	45
7	VII ciclo	45
8	VIII ciclo	46
9	IX ciclo	53
10	X ciclo	44
TOTAL		438

Fuente: Registros Académicos UNAB- Barranca 2018

3.2.2. Muestra

La muestra probabilística estratificada estuvo constituida por 206 estudiantes a quienes se les aplicará los instrumentos de recolección de datos.

Se aplicó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 pq \cdot N}{E^2(N-1) + Z^2 pq}$$

Donde:

- n** = ? muestra
- Z** = 1,96 nivel de confianza, 95%: $2 = 47.5\%: 100 = 0,475$
- p** = 0,5 probabilidad de éxito: 50%: $100 = 0,5$
- q** = 0,5 probabilidad de fracaso: 50%: $100 = 0,5$
- E** = 0,05 nivel de error, 05%: $100 = 0,05$
- N** = 368 población

$$n = \frac{(1.96)^2 (0.5)(0.5)(438)}{(0.05)^2(438 - 1) + (1.96)^2(0.5)(0.5)}$$

$$n = 206$$

Para calcular los estratos se aplicó la siguiente fórmula:

$$Fh = \frac{n}{N}(Nh)$$

Donde:

n = Tamaño de la muestra

N = Tamaño de la población.

Nh= subpoblación o grupo

Tabla 4

Distribución de la muestra

N	Ciclos	Cantidad	Fh	Muestra Estratificada
1	I ciclo	42	0,46803653	20
2	II ciclo	26	0,46803653	12
3	III ciclo	38	0,46803653	18
4	IV ciclo	35	0,46803653	16
5	V ciclo	64	0,46803653	30
6	VI ciclo	45	0,46803653	21
7	VII ciclo	45	0,46803653	21
8	VIII ciclo	46	0,46803653	22
9	IX ciclo	53	0,46803653	25
10	X ciclo	44	0,46803653	21
TOTAL		438		206

Fuente: Registros Académicos UNAB- Barranca 2018

3.3.Técnicas e de recolección de datos

Instrumentos utilizados

La técnica empleada en el desarrollo del presente estudio fue la observación y el instrumento aplicado fue el Cuestionario

Para medir la variable Procesos cognitivos, se consideró la siguiente escala de Likert:

Siempre	(4)
Casi siempre	(3)
Algunas veces	(2)
Nunca	(1)

Para medir la variable Estrés académico, se consideró la siguiente escala de Likert:

Siempre	(4)
Casi siempre	(3)
Algunas veces	(2)
Nunca	(1)

3.4. Técnicas para el procesamiento de la información

El procesamiento de la información consiste en desarrollar una estadística descriptiva e inferencial con el fin de establecer cómo los datos cumplen o no, con los objetivos de la investigación

a. Descriptiva

Permitirá recopilar, clasificar, analizar e interpretar los datos de los ítems referidos en los cuestionarios aplicados a los estudiantes que constituyeron la muestra de población. Se empleará las medidas de tendencia central y de dispersión.

Luego de la recolección de datos, se procedió al procesamiento de la información, con la elaboración de cuadros y gráficos estadísticos, se utilizó para ello el SPSS (programa informático Statistical Package for Social Sciences versión 22.0 en español), para hallar resultados de la aplicación de los cuestionarios.

- Análisis descriptivo por variables y dimensiones con tablas de frecuencias y gráficos.

b. Inferencial

Proporcionará la teoría necesaria para inferir o estimar la generalización o toma de decisiones sobre la base de la información parcial mediante técnicas descriptivas. Se someterá a prueba:

- La Hipótesis Central
- La Hipótesis específicas
- Análisis de los cuadros de doble entrada

Se hallará el **Coefficiente de correlación de Spearman**, (r_s) que es una medida para calcular de la correlación (la asociación o interdependencia) entre dos variables aleatorias continuas.

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum D^2}{N(N^2 - 1)}$$

CAPITULO IV

ANALISIS DE LOS RESULTADOS

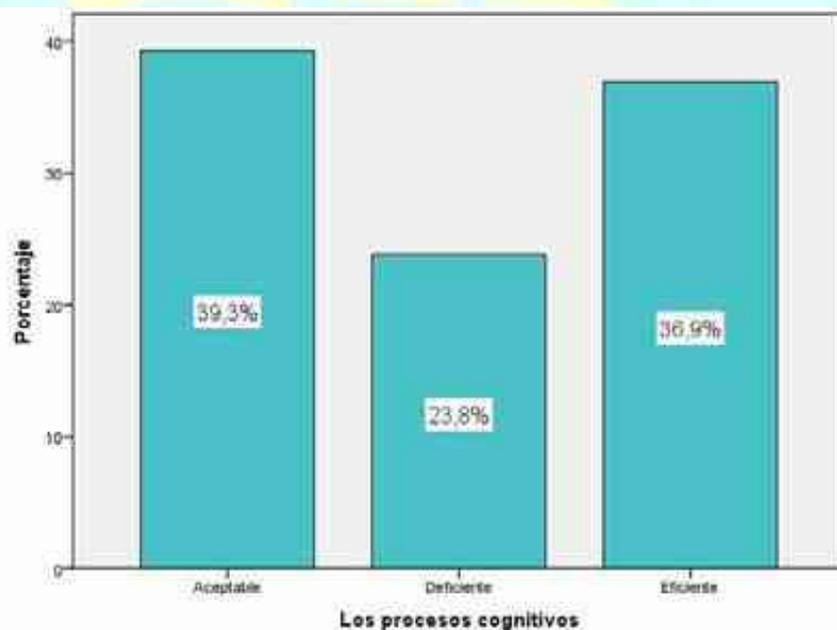
4.1. Análisis de los resultados

Tabla 5

Los procesos cognitivos					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Aceptable	81	39,3	39,3	39,3
	Deficiente	49	23,8	23,8	63,1
	Eficiente	76	36,9	36,9	100,0
Total		206	100,0	100,0	

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Figura 1



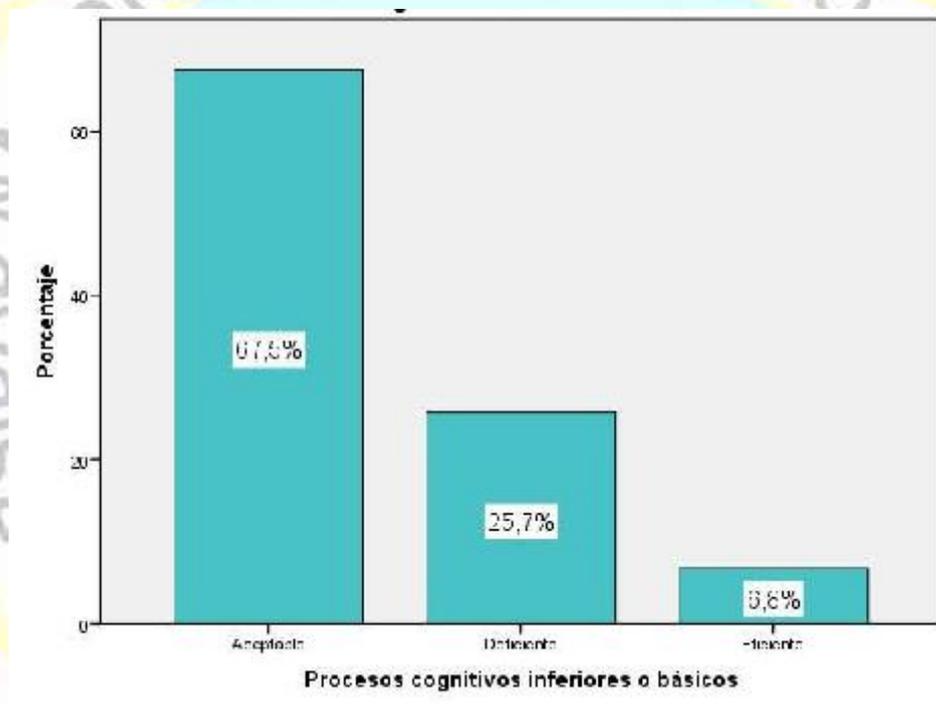
De la fig. 1, un 39,3% de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018 sostienen que en la variable procesos cognitivos se alcanzó un nivel aceptable, un 36,9% que se consiguió un nivel eficiente y un 23,8% se obtuvo un nivel deficiente.

Tabla 6

Procesos cognitivos inferiores o básicos					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Aceptable	139	67,5	67,5	67,5
	Deficiente	53	25,7	25,7	93,2
	Eficiente	14	6,8	6,8	100,0
	Total	206	100,0	100,0	

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Figura 2



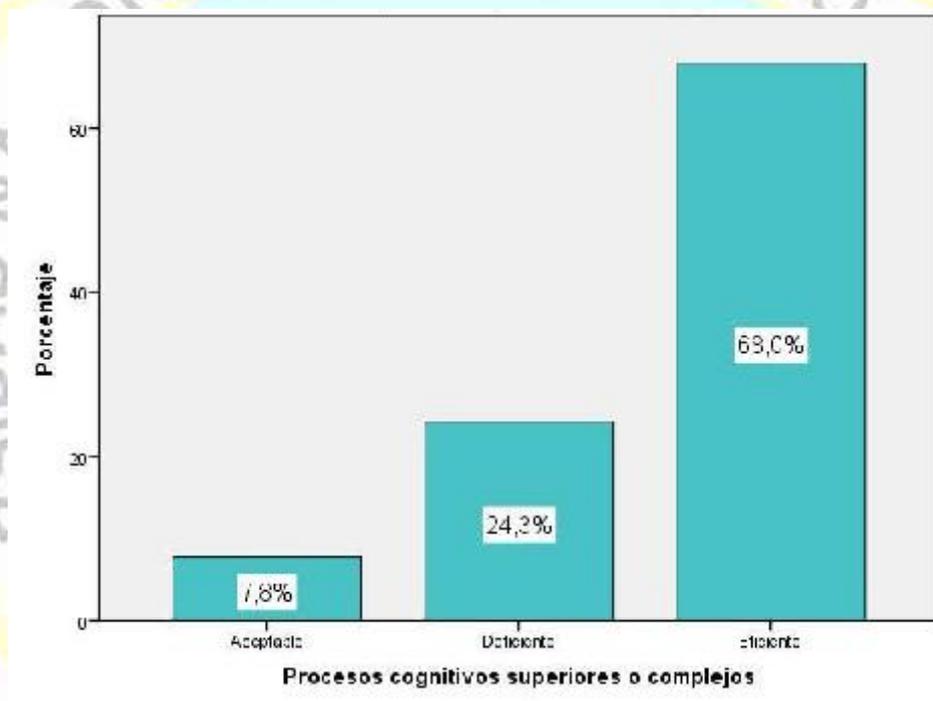
De la fig. 2, un 67,5% de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018 sostienen que en la dimensión procesos cognitivos inferiores o básicos se alcanzó un nivel aceptable, un 25,7% que se consiguió un nivel deficiente y un 6,8% se obtuvo un nivel eficiente.

Tabla 7

Procesos cognitivos superiores o complejos					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Aceptable	16	7,8	7,8	7,8
	Deficiente	50	24,3	24,3	32,0
	Eficiente	140	68,0	68,0	100,0
	Total	206	100,0	100,0	

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Figura 3



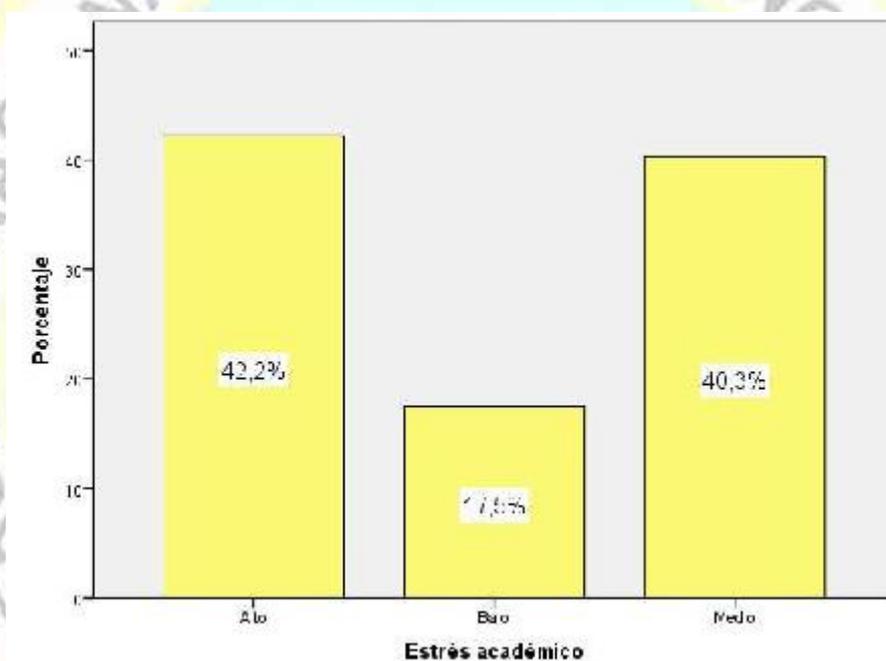
De la fig. 3, un 68,0% de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018 sostienen que en la dimensión procesos cognitivos superiores o complejos se alcanzó un nivel eficiente, un 24,3% que se consiguió un nivel deficiente y un 7,8% se obtuvo un nivel aceptable.

Tabla 9

Estrés académico					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Alto	87	42,2	42,2	42,2
	Bajo	36	17,5	17,5	59,7
	Medio	83	40,3	40,3	100,0
	Total	206	100,0	100,0	

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Figura 5



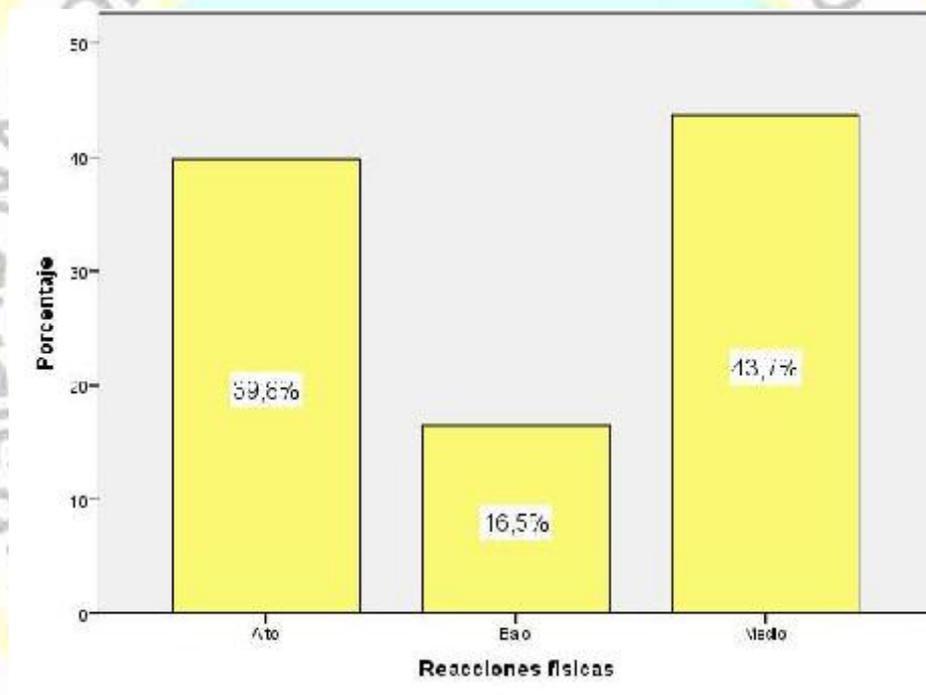
De la fig. 5, un 42,2% de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018 sostienen que en la variable estrés académico se alcanzó un nivel alto, un 40,3% que se consiguió un nivel medio y un 17,5% se obtuvo un nivel bajo.

Tabla 10

Reacciones físicas					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Alto	82	39,8	39,8	39,8
	Bajo	34	16,5	16,5	56,3
	Medio	90	43,7	43,7	100,0
	Total	206	100,0	100,0	

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Figura 6



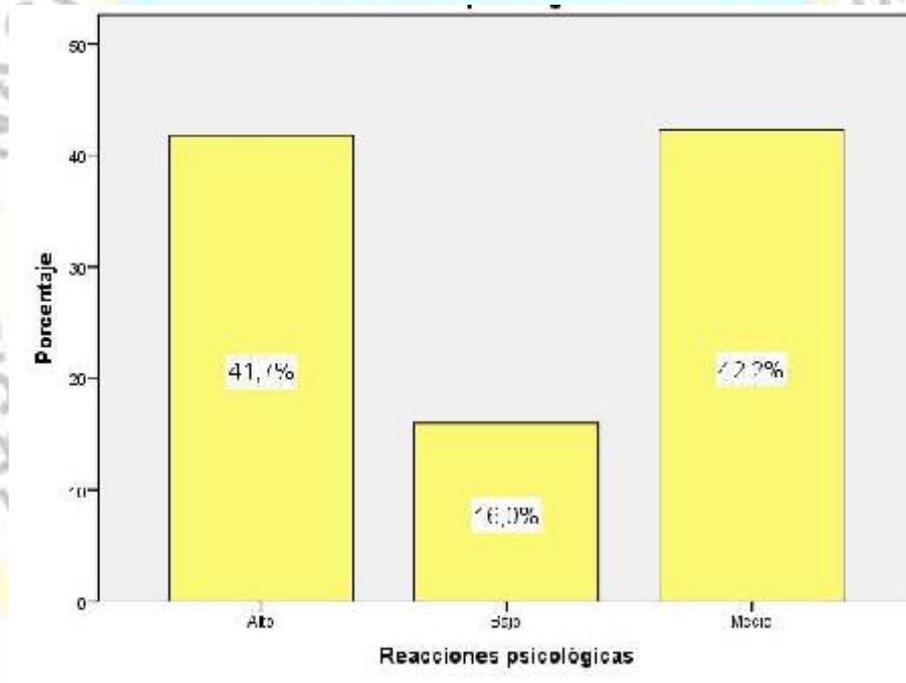
En la fig. 6, se observa que un 43,7% de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca alcanzaron un nivel medio de estrés académico, un 39,8% alcanzó un nivel alto y un 16,5% obtuvo un nivel bajo de estrés académico.

Tabla 11

Reacciones psicológicas					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Alto	86	41,7	41,7	41,7
	Bajo	33	16,0	16,0	57,8
	Medio	87	42,2	42,2	100,0
	Total	206	100,0	100,0	

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Figura 7



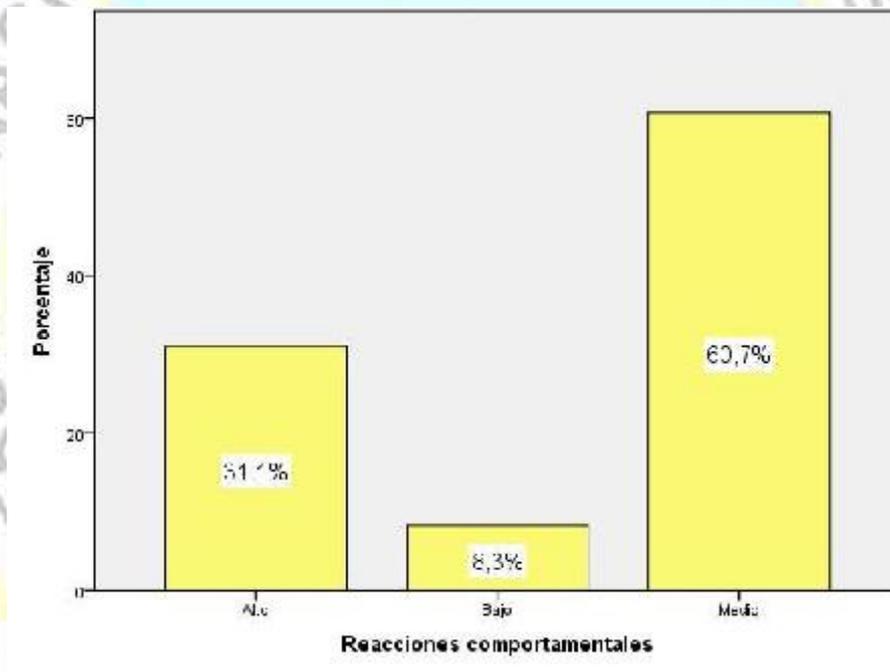
En la fig. 7, un 42,2% de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca consideran que en las reacciones psicológicas del estrés académico alcanzaron un nivel medio, un 41,7% un nivel alto y un 16,0% un nivel bajo.

Tabla 12

Reacciones comportamentales					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Alto	64	31,1	31,1	31,1
	Bajo	17	8,3	8,3	39,3
	Medio	125	60,7	60,7	100,0
	Total	206	100,0	100,0	

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Figura 8



En la fig. 8, se observa que un 60,7% de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca, mostraron reacciones comportamentales de estrés académico en un nivel medio, un 31,1% un nivel alto y un 8,3% un nivel bajo.

4.2. Generalización entorno la hipótesis central

Hipótesis general

Hipótesis Alternativa **H_a**: Los procesos cognitivos se relacionan significativamente con el estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Hipótesis nula **H₀**: Los procesos cognitivos no se relacionan significativamente con el estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Tabla 13

Relación entre los procesos cognitivos y el estrés académico

Correlaciones				
			Los procesos cognitivos	Estrés académico
Rho de Spearman	Los procesos cognitivos	Coefficiente de correlación	1,000	,577**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	206	206
	Estrés académico	Coefficiente de correlación	,577**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	206	206

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Como se muestra en la tabla 13 se obtuvo un $r=0,577$, con una $p=0,000$ ($p<.05$) con lo cual se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto se puede evidenciar estadísticamente que existe relación entre los procesos cognitivos y el estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Se puede apreciar que el coeficiente de correlación es de una magnitud **moderada**.

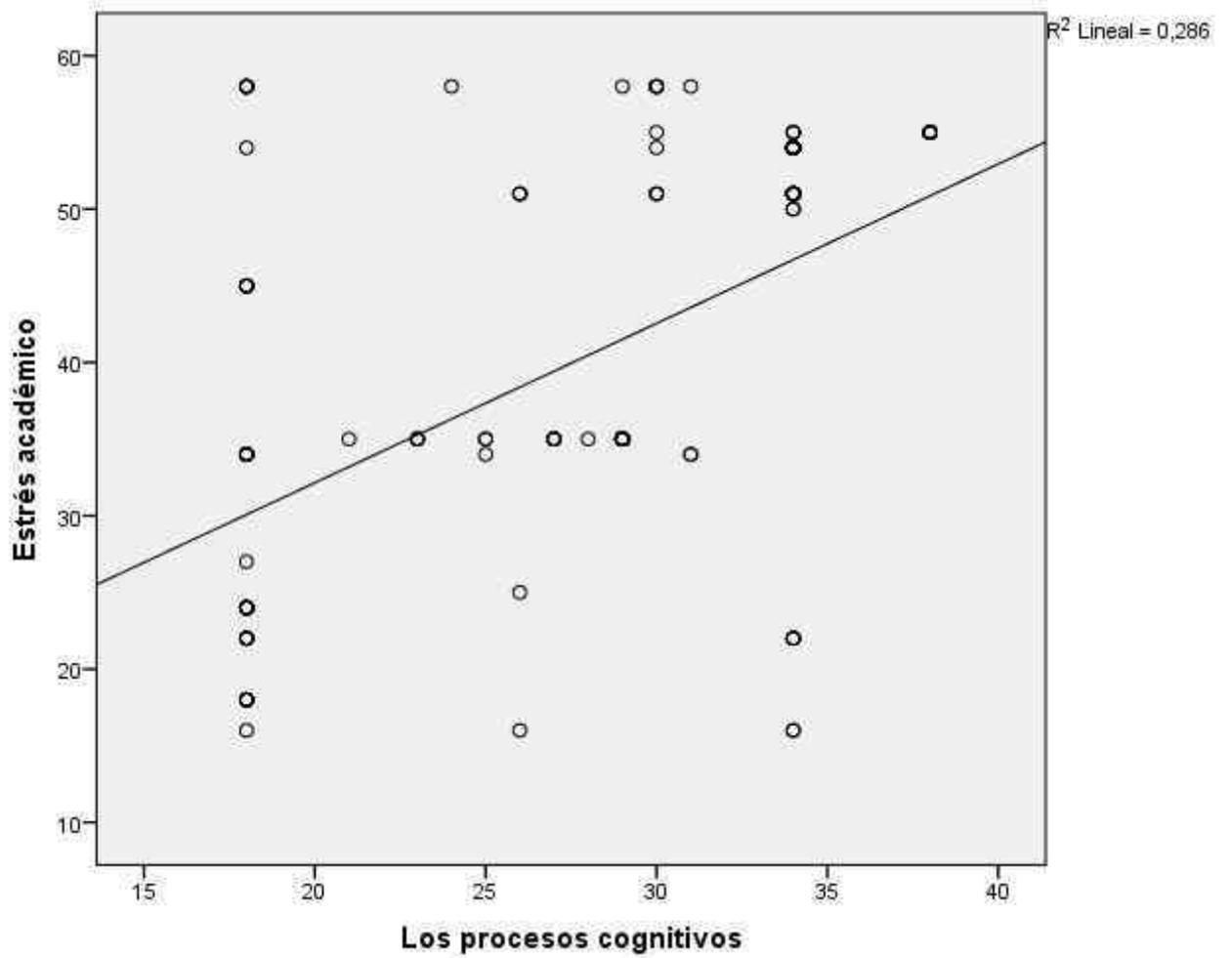


Figura 9. Los procesos cognitivos y el estrés académico

Hipótesis específica 1

Hipótesis Alternativa **H_a**: Los procesos cognitivos se relacionan significativamente con la dimensión reacciones físicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Hipótesis nula **H₀**: Los procesos cognitivos no se relacionan significativamente con la dimensión reacciones físicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Tabla 14

Relación entre los procesos cognitivos y las reacciones físicas.

Correlaciones				
			Los procesos cognitivos	Reacciones físicas
Rho de Spearman	Los procesos cognitivos	Coefficiente de correlación	1,000	,563**
		Sig. (bilateral)		,000
		N	206	206
	Reacciones físicas	Coefficiente de correlación	,563**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	
		N	206	206

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Como se muestra en la tabla 14 se obtuvo un coeficiente de correlación de $r = 0,563$, con una $p = 0,000$ ($p < .05$) con lo cual se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto se puede evidenciar estadísticamente que existe una relación entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones físicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Se puede apreciar que el coeficiente de correlación es de una magnitud **moderada**.

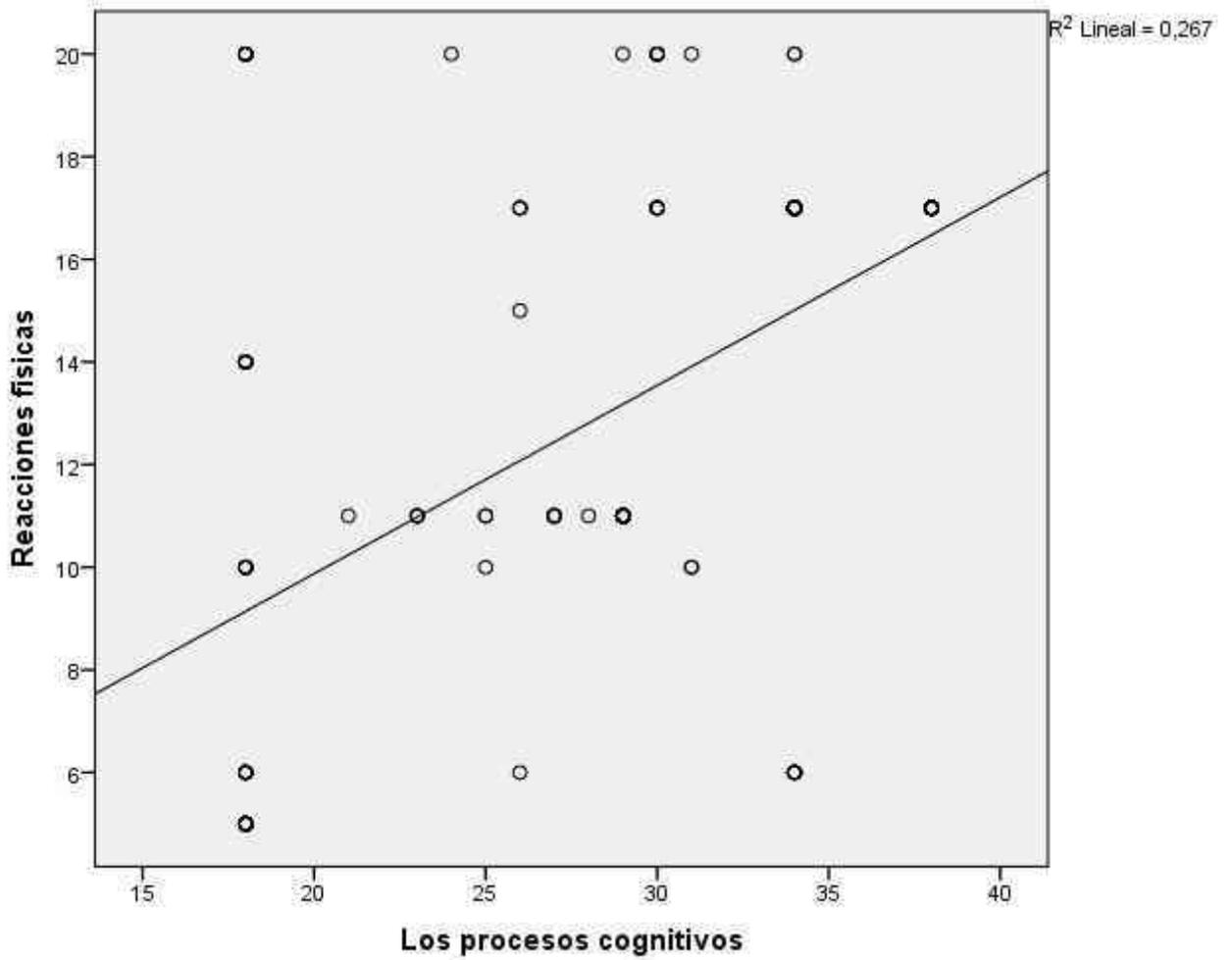


Figura 10. Los procesos cognitivos y las reacciones físicas.

Hipótesis específica 2

Hipótesis Alternativa **H_a**: Los procesos cognitivos se relacionan significativamente con la dimensión reacciones psicológicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Hipótesis nula **H₀**: Los procesos cognitivos no se relacionan significativamente con la dimensión reacciones psicológicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Tabla 15

Relación entre los procesos cognitivos y las reacciones psicológicas.

Correlaciones			Los procesos cognitivos	Reacciones psicológicas
Rho de Spearman	Los procesos cognitivos	Coefficiente de correlación	1,000	,625**
		Sig. (bilateral)		,000
		N	206	206
	Reacciones psicológicas	Coefficiente de correlación	,625**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	
		N	206	206

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Como se muestra en la tabla 15 se obtuvo un coeficiente de correlación de $r=0,625$, con una $p=0.000$ ($p<.05$) con lo cual se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto se puede evidenciar estadísticamente que existe una relación entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones psicológicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Se puede apreciar que el coeficiente de correlación es de una magnitud **buena**.

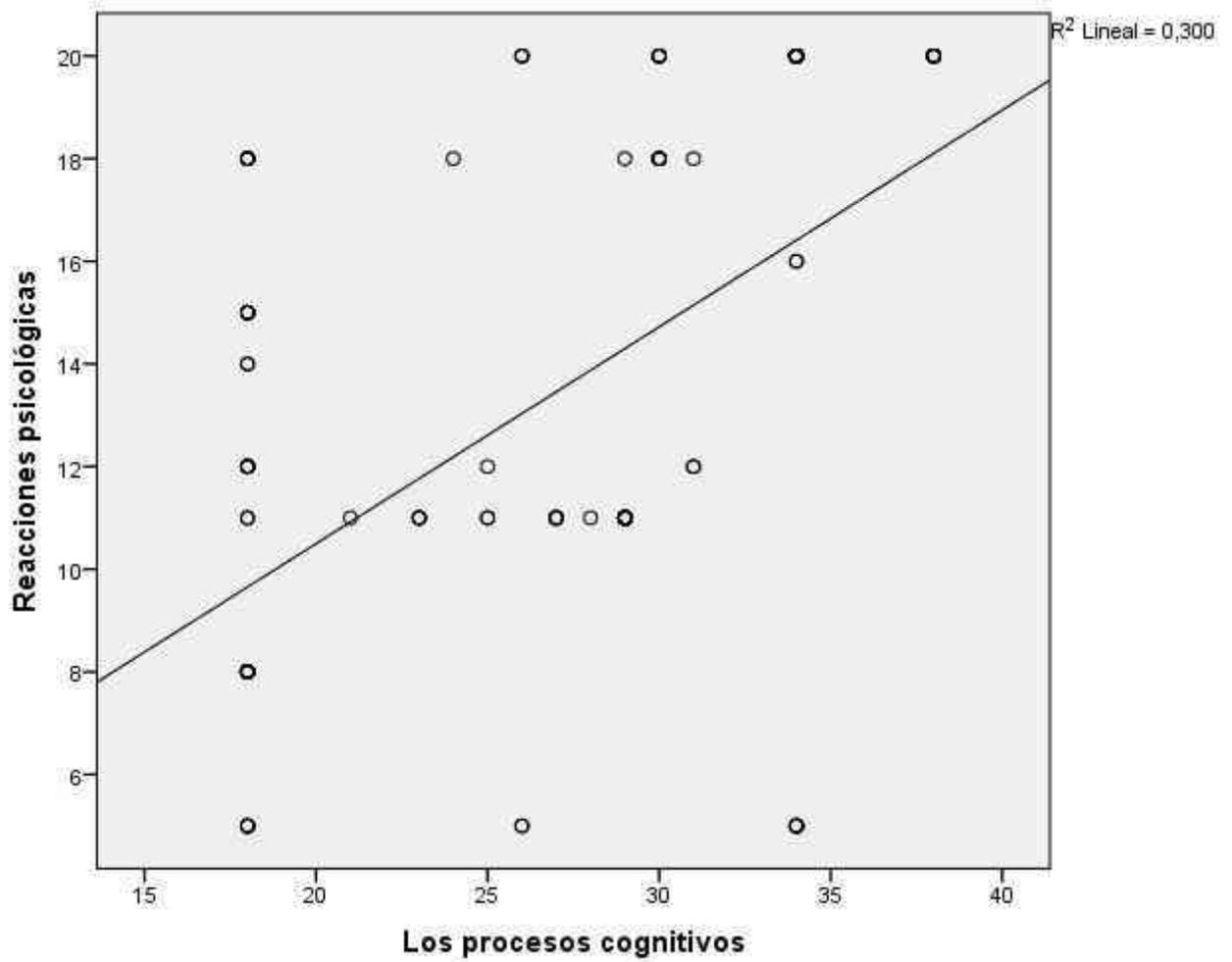


Figura 11. Los procesos cognitivos y las reacciones psicológicas

Hipótesis específica 3

Hipótesis Alternativa **H_a**: Los procesos cognitivos se relacionan significativamente con la dimensión reacciones comportamentales del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Hipótesis nula **H₀**: Los procesos cognitivos no se relacionan significativamente con la dimensión reacciones comportamentales del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Tabla 16

Relación entre los procesos cognitivos y las reacciones comportamentales

Correlaciones				
			Los procesos cognitivos	Reacciones comportamen tales
Rho de Spearman	Los procesos cognitivos	Coefficiente de correlación	1,000	,555**
		Sig. (bilateral)	,	,000
		N	206	206
	Reacciones comportamentales	Coefficiente de correlación	,555**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	,
		N	206	206

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Como se muestra en la tabla 16 se obtuvo un coeficiente de correlación de $r= 0,555$, con una $p=0.000(p<.05)$ con lo cual se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto se puede evidenciar estadísticamente que existe una relación entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones comportamentales del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.

Se puede apreciar que el coeficiente de correlación es de una magnitud **moderada**.

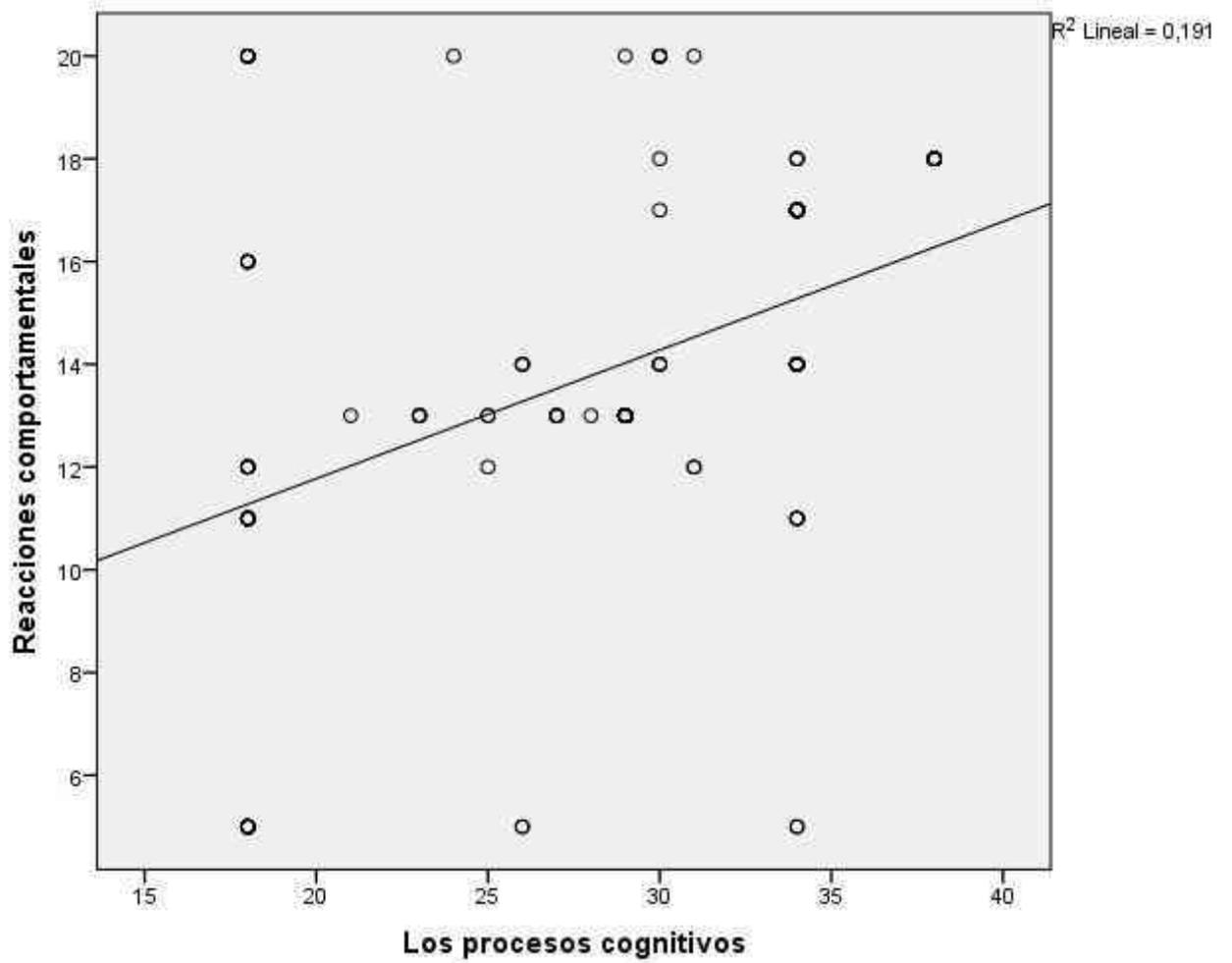


Figura 12. Los procesos cognitivos y las reacciones comportamentales

CAPITULO V

DISCUSIÓN

5.1. Discusión de los resultados

El propósito de la investigación fue encontrar si existen relaciones de los procesos cognitivos básicos y el estrés académico de los estudiantes de la UNAB – Barranca.

La contrastación realizada a la hipótesis central muestra que existe relación entre los procesos cognitivos y el estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.577 siendo una magnitud moderada. Hay similitud con el trabajo de (Nieto, 2015) en su tesis: “Análisis de los procesos cognitivos en el alumnado de enseñanzas profesionales de danza”. Para ello, se ha desarrollado a lo largo de tres años un estudio cuantitativo transversal mixto basado en una metodología experimental. Los resultados del estudio nos permiten hallar conclusiones sobre los problemas cognitivos más destacados en bailarines de similares características a los estudiados y éstos poderse tener en cuenta en las etapas de formación y aprendizaje de los bailarines para poder presentar a bailarines/as en el ámbito laboral y profesional de la danza con estrategias de afrontamiento cognitivo óptimas para alcanzar el máximo rendimiento escénico.

La teoría sociocultural de Vygotski exalta el carácter mediador existente en el desarrollo de los procesos superiores del pensamiento donde el lenguaje, como sistema simbólico originado culturalmente, favorece el ejercicio de los procesos cognitivos superiores mediante la manipulación abstracta de situaciones descontextualizadas. En este sentido, para Vygotsky, el manejo de los signos constituye un instrumento de actividad psicológica. La mediación interpuesta por el manejo de sistemas simbólicos y la interacción social origina, en el campo educativo, una toma de conciencia acerca de la naturaleza y relevancia de los intercambios verbales que deben ser exhibidos en el aula de clases con miras a potenciar los procesos cognitivos en los estudiantes.

Y en el trabajo realizado por (Fortich, 2013) en su tesis: “Prevalencia del estrés académico, factores asociados y niveles de presión arterial en estudiantes de pregrado de Odontología de la Corporación Universitaria Rafael Núñez de Cartagena” analizó la prevalencia del estrés académico en estudiantes de pregrado de odontología de la Corporación Universitaria Rafael Núñez de Cartagena, en Colombia. La muestra estuvo conformada por 245 estudiantes entre las edades de 18 y 21 años del I AL X ciclo. Se utilizó el cuestionario DES 30 versión en español. Los resultados muestran que los estudiantes presentan niveles de estrés elevados, presentando un promedio de 2,12 para el sexo masculino y 2,19 para el sexo femenino, asimismo los eventos que generan un mayor nivel de estrés son, el miedo a reprobado un curso o un año (48.98%) y en las evaluaciones y las calificaciones.(2.71%).

La identificación de los procesos cognitivos promovidos en los estudiantes a partir de las intervenciones verbales del docente se realizó mediante la aplicación del análisis de contenido a las participaciones verbales efectuadas por la profesora en las sesiones de trabajo en el aula. Para la aplicación de esta técnica se establecieron como unidades de análisis cada una de las intervenciones verbales de la docente durante las clases observadas. Las categorías en las cuales se ubicaron y clasificaron las unidades de análisis son del tipo de asunto o tópico y responden a los procesos cognitivos de observación, descripción, comparación, clasificación, ordenación, jerarquización o clasificación jerárquica, análisis, síntesis, y evaluación. Las categorías utilizadas han sido derivadas teóricamente de las ideas presentadas por Sánchez (1995).

Por ello la psicología cognitiva concibe la cognición como el estudio de procesos mentales, tales como, percepción, atención, memoria, lenguaje, razonamiento, solución de problemas, conceptos y categorías, representaciones, desarrollo cognitivo, aprendizaje y conciencia. Su objetivo central es el de comprender cómo se desarrollan estos procesos en los seres humanos, tratando de explicar lo que pasa en su mundo interior.

CAPITULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones

Primero: Existe relación entre los procesos cognitivos y el estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.577 siendo una magnitud moderada.

Segundo: Existe una relación entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones físicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018., debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.563 siendo una magnitud moderada.

Tercero: Existe una relación entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones psicológicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.625 siendo una magnitud moderada.

Cuarto: Existe una relación entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones comportamentales del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018., con una correlación de un valor de 0,555 y siendo una magnitud moderada.

6.2. Recomendaciones

- **Primero:** La Universidad Nacional de Barranca debe brindar mejores condiciones de aprendizaje a los estudiantes, para promover cambios de mejoramiento académico, para un buen desarrollo de los procesos cognitivos básicos.
- **Segundo:** Los docentes deben utilizar estrategias de enseñanza adecuadas para los estudiantes para el eficaz desarrollo de los procesos cognitivos básicos en el proceso educativo, es importante proporcionar a los profesores de herramientas conceptuales, metodológicas para que les ayude a desarrollar dichos procesos, para el buen desempeño de las estudiantes.
- **Tercero:** Se necesita trabajar en un cambio de actitud en los docentes para adoptar nuevos conocimientos y mejorar la calidad de la enseñanza
- **Cuarto:** Promover la aplicación de una evaluación diagnóstica y permanente para detectar posibles deficiencias en los procesos cognitivos básicos de los discentes.

ANEXOS



REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Anhihoa, A. (10 de julio de 2017). *Cognifit Salud, Cerebro, Neurociencia*. Recuperado el 2018 de Octubre de 18, de Cognifit Salud, Cerebro, Neurociencia: <https://blog.cognifit.com/es/procesos-cognitivos/>
- Barraza, A. (2006). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*. México: Revista Electrónica de Psicología Iztacala.
- Bruner, J. (1997). *Will cognitive revolutions ever-stop? En D. M. Jonson y C. E. Erneling (dirs) The future of the cognitive revolution*. Nueva York.: University Press.
- Caldera, J., Pulido, B., & Martinez, G. (2007). *Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de los Altos*. *Revista de Educación y Desarrollo*.
- Chomsky, N. (1959). *Review of Skinner's verbal behavior*. language.
- Del Risco, M., Gómez, D., & Hurtado, F. (2015). *Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Enfermería - Universidad Nacional de la Amazonia Peruana, Iquitos- 2015*. Iquitos. Perú: Universidad Nacional de la Amazonia Peruana.
- Fortich, N. (2013). *Prevalencia del estrés académico, factores asociados y niveles de presión arterial en estudiantes de pregrado de Odontología de la corporación universitaria Rafael Nuñez de Cartagena*. Cartagena: Colombia.
- García, F., & Muñoz, J. (2004). *El Estrés Académico: Problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial*. Recuperado de <http://www.casadellibro.com/libro>.
- García, J. (1997). *Psicología de la atención*. Madrid: España. Síntesis.
- Haro, M., & Méndez, A. (2010). *El desarrollo de los procesos cognitivos básicos en las estudiantes del colegio nacional Ibarra sección diurna de los segundo y terceros*

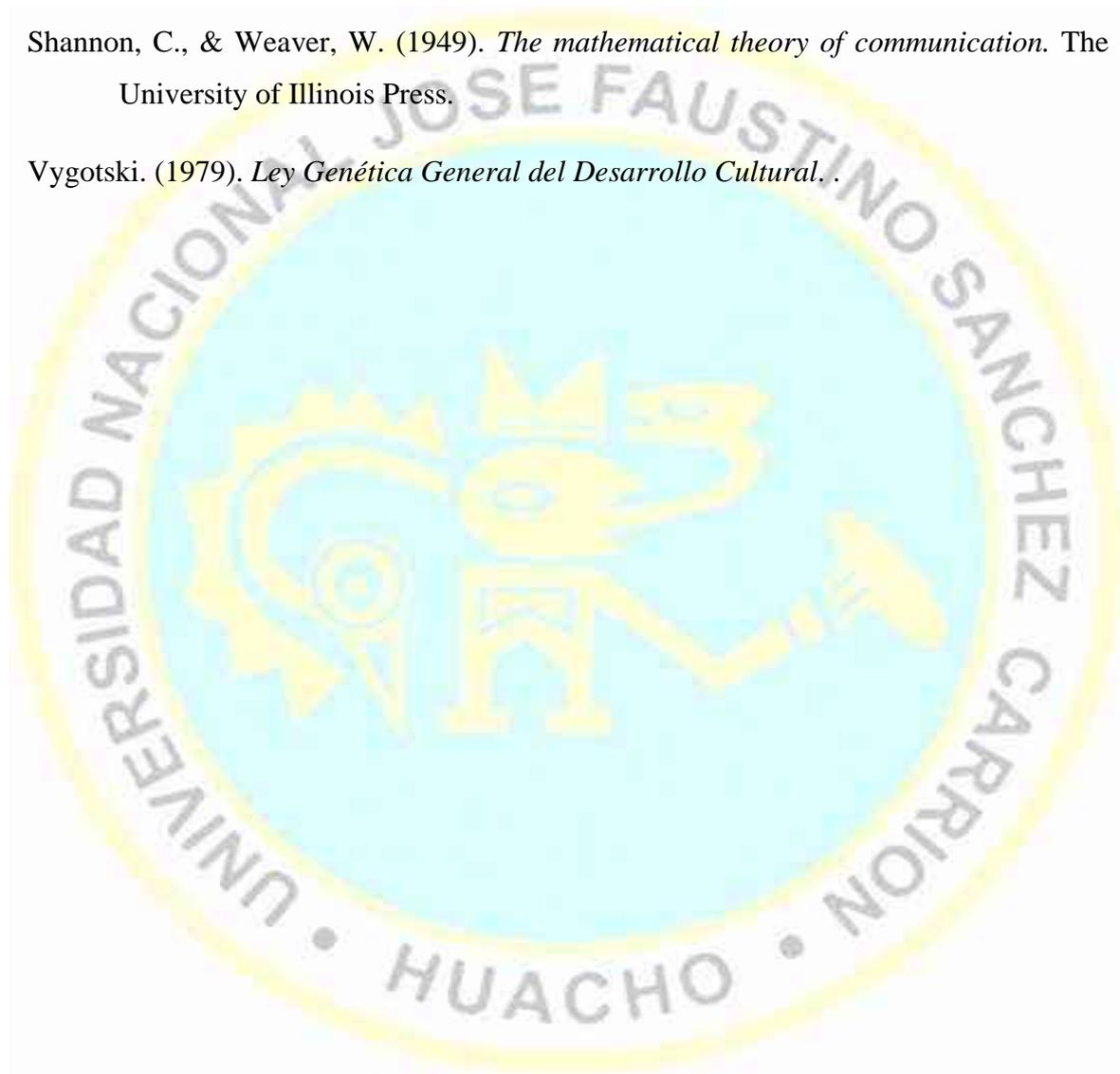
- años de bachillerato*. Ibarra. Ecuador: Tesis de grado. Universidad Técnica del Norte.
- Hernández, B. (2011). *Influencia del estrés sobre el Rendimiento Académico en los alumnos del colegio de Bachilleres de la comunidad de Angahuan*. Michoacan: México.
- Luria, A. (2005). *Atención y memoria*. Fontanella: España.
- Martin, M., Trujillo, F., & Moreno, N. (2013). *Estudio y evaluación del estrés académico en estudiantes de Grado de Ingenierías Industriales en la Universidad de Málaga*. Malaga: Universidad de Malaga.
- Mendiola, J. (2010). *El manejo del Estrés Académico en estudiantes universitarios: una propuesta de intervención*. Chimalhuacan: México. Tesis de licenciatura.
- Miller, G. (1956). *The magical number seven plus or minus two: Some limits on our capacity for processing information*. *Psychological Review*,.
- Nieto, M. (2015). *Análisis de los procesos cognitivos en el alumnado de enseñanzas profesionales de danza*. Málaga: Universidad de Malaga. Facultad de Ciencias de la Educación.
- Nieto, M. (2015). *Análisis de los procesos cognitivs en el alumnado de enseñanzas profesionales de danza*. Malaga: Universidad de Malaga. Tesis Doctoral.
- Parkin, A. (1999). *Exploraciones en neuropsicología cognitiva*. Madrid: Panamericana.
- Peiro, J. (2005). *Estrés, clima y cultura organizacional, equipos de trabajo, gestión de RRHH*. *Revista de Psicología del Trabajo y Organizaciones*.
- Pereyra, M. (2010). *Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo*. *Revista Educación*.
- Polo, A., Hernandez, J., & Pozar, C. (2006). *Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios*. *Revista Ansiedad y Estrés*.
- Rivas, M. (2008). *Procesos cognitivos y aprendizajes significativos*. Documento de Trabajo, 1-327.

Román, C., Ortiz, F., & Hernández, Y. (2008). *El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de medicina*. Revista Iberoamericana de Educación.

Rosales, J. (2016). *Estres académico y hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología de un Centro de Formación Superior Privada de Lima Sur*. Lima: Universidad Autónoma del Perú. Facultad de Humanidades.

Shannon, C., & Weaver, W. (1949). *The mathematical theory of communication*. The University of Illinois Press.

Vygotski. (1979). *Ley Genética General del Desarrollo Cultural*.



Matriz de consistencia

PROCESOS COGNITIVOS Y ESTRES ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE BARRANCA – 2018

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES			
<p><u>Problema general</u> ¿Qué relación existe entre los procesos cognitivos y el estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018?</p> <p><u>Problema específicos</u> ¿Qué relación existe entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones físicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018?</p> <p>¿Qué relación existe entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones</p>	<p><u>Objetivo general</u> Determinar la relación entre los procesos cognitivos y el estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.</p> <p><u>Objetivos específicos</u> Establecer la relación entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones físicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.</p> <p>Determinar la relación entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones</p>	<p><u>Hipótesis general</u> Los procesos cognitivos se relacionan significativamente con el estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018</p> <p><u>Hipótesis específicas</u> Los procesos cognitivos se relacionan significativamente con la dimensión reacciones físicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.</p> <p>Los procesos cognitivos se relacionan significativamente con la dimensión reacciones</p>	VARIABLE INDEPENDIENTE (X): Procesos cognitivos			
			DIMENSIONES	INDICADORES	Items	INDICES
			Procesos cognitivos inferiores o básicos	<ul style="list-style-type: none"> • Sensación y percepción • Atención • Memoria 	5	S: Siempre CS: Casi siempre AV: A veces N: Nunca
			Procesos cognitivos superiores o complejos	<ul style="list-style-type: none"> • Inteligencia • Pensamiento • Lenguaje 	5	
			TOTAL		10	
			VARIABLE DEPENDIENTE (Y): Estrés académico			
			DIMENSIONES	INDICADORES		INDICES
			Reacciones físicas,	<ul style="list-style-type: none"> - 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 		S: Siempre CS: Casi siempre AV: A veces N: Nunca
			Reacciones psicológicas	<ul style="list-style-type: none"> - Conflictos o tendencia a polemizar o discutir - Aislamiento de los demás - Desgano para realizar las labores escolares 		

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES	
<p>psicológicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018?</p> <p>¿Qué relación existe entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones comportamentales del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018?</p>	<p>psicológicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.</p> <p>Establecer la relación entre los procesos cognitivos y la dimensión reacciones comportamentales del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.</p>	<p>psicológicas del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.</p> <p>Los procesos cognitivos se relacionan significativamente con la dimensión reacciones comportamentales del estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca- 2018.</p>	<p>Reacciones comportamentales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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)

MATRIZ DE DATOS

N	Los procesos cognitivos													Estrés académico																									
	Relaciones interpersonales						Autorrealización							ST1	V1	Reacciones físicas						Reacciones psicológicas					Reacciones comportamentales				ST2	V2							
	1	2	3	4	5	S1	D1	6	7	8	9	10	S2			D2	1	2	3	4	5	S4	D4	6	7	8	9	10	S5	D5			11	12	13	14	15	S6	D6
1	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	55	Alto
2	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	3	2	14	Aceptable	28	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
3	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	18	Bajo
4	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
5	4	4	4	4	2	18	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Eficiente	38	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	3	4	4	4	3	18	Alto	55	Alto
6	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
7	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
8	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	24	Bajo
9	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	55	Alto
10	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
11	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	24	Bajo
12	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
13	4	4	4	4	2	18	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Eficiente	38	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	3	4	4	4	3	18	Alto	55	Alto
14	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
15	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	3	3	3	3	14	Medio	2	4	3	3	3	15	Alto	2	4	3	3	4	16	Alto	45	Alto
16	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
17	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
18	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	24	Bajo
19	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	2	1	1	1	1	6	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	22	Bajo

20	4	4	4	4	2	18	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Eficiente	38	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	3	4	4	4	3	18	Alto	55	Alto
21	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
22	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
23	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	1	1	1	1	6	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	22	Bajo
24	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
25	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	2	2	2	2	10	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	34	Medio
26	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
27	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	58	Alto
28	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
29	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
30	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
31	4	4	4	4	2	18	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Eficiente	38	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	3	4	4	4	3	18	Alto	55	Alto
32	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
33	3	3	3	3	2	14	Aceptable	1	3	4	4	4	16	Eficiente	30	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	58	Alto
34	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
35	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	18	Bajo
36	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
37	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
38	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
39	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
40	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
41	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
42	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
43	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
44	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	18	Bajo

45	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
46	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	2	2	2	2	10	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	34	Medio
47	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	2	1	1	1	1	6	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	16	Bajo
48	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
49	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
50	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
51	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
52	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
53	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	58	Alto
54	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
55	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	2	1	1	1	1	6	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	16	Bajo
56	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
57	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	4	17	Eficiente	31	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	58	Alto
58	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
59	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	1	1	1	1	6	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	16	Bajo
60	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	55	Alto
61	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	2	2	2	2	10	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	34	Medio
62	4	4	4	4	2	18	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Eficiente	38	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	3	4	4	4	3	18	Alto	55	Alto
63	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	58	Alto
64	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
65	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	2	2	2	2	12	Aceptable	26	Aceptable	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
66	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
67	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	2	2	2	11	Aceptable	25	Aceptable	2	2	2	2	2	10	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	34	Medio
68	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	2	2	2	11	Aceptable	25	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio

69	3	3	3	3	2	14	Aceptable	1	3	2	2	2	10	Aceptable	24	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	58	Alto
70	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	2	2	2	2	12	Aceptable	26	Aceptable	2	1	1	1	1	6	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	16	Bajo
71	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	18	Bajo
72	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
73	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	2	2	2	2	12	Aceptable	26	Aceptable	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
74	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
75	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	2	2	2	2	12	Aceptable	26	Aceptable	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
76	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	2	2	2	11	Aceptable	25	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
77	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
78	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	4	4	4	1	14	Medio	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	27	Bajo
79	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	2	2	2	2	12	Aceptable	26	Aceptable	2	4	4	4	1	15	Alto	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	25	Bajo
80	4	4	4	4	2	18	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Eficiente	38	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	3	4	4	4	3	18	Alto	55	Alto
81	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	1	4	4	2	13	Aceptable	27	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
82	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	1	2	2	2	9	Deficiente	23	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
83	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	1	4	4	2	13	Aceptable	27	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
84	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Alto	4	4	2	2	4	16	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	50	Alto
85	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	3	3	3	3	14	Medio	2	4	3	3	3	15	Alto	2	4	3	3	4	16	Alto	45	Alto
86	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	1	4	4	2	13	Aceptable	27	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
87	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	2	2	4	14	Medio	4	4	4	4	4	20	Alto	54	Alto
88	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	1	4	4	2	13	Aceptable	27	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
89	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Alto	4	4	2	2	4	16	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	50	Alto
90	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	1	4	4	2	13	Aceptable	27	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio

91	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	1	4	4	4	15	Eficiente	29	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	58	Alto
92	4	2	1	1	2	10	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	30	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	55	Alto
93	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	1	1	1	1	6	Bajo	1	1	4	4	1	11	Medio	1	1	1	1	1	5	Bajo	22	Bajo
94	4	2	1	1	2	10	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	30	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
95	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	2	2	2	2	10	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	34	Medio
96	3	1	1	1	2	8	Deficiente	2	1	4	4	2	13	Aceptable	21	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
97	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	58	Alto
98	4	2	1	1	2	10	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	30	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
99	4	2	1	1	2	10	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	30	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
100	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	1	1	1	1	6	Bajo	1	1	4	4	1	11	Medio	1	1	1	1	1	5	Bajo	22	Bajo
101	3	1	1	1	2	8	Deficiente	2	3	4	4	2	15	Eficiente	23	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
102	4	4	4	4	2	18	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Eficiente	38	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	3	4	4	4	3	18	Alto	55	Alto
103	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	4	4	4	14	Medio	1	1	1	1	1	5	Bajo	24	Bajo
104	4	2	1	1	2	10	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	30	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
105	3	1	1	1	2	8	Deficiente	2	3	4	4	2	15	Eficiente	23	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
106	3	1	1	1	2	8	Deficiente	2	3	4	4	2	15	Eficiente	23	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
107	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
108	4	4	4	4	2	18	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Eficiente	38	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	3	4	4	4	3	18	Alto	55	Alto
109	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
110	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
111	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
112	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	24	Bajo

113	3	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
114	4	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
115	3	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
116	2	1	2	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	3	3	3	3	14	Medio	2	4	3	3	3	15	Alto	2	4	3	3	4	16	Alto	45	Alto
117	3	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
118	4	2	3	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
119	2	1	2	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	24	Bajo
120	4	2	3	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	2	1	1	1	1	6	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	22	Bajo
121	3	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
122	3	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
123	4	2	3	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
124	2	1	2	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	1	1	1	1	6	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	22	Bajo
125	4	2	3	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
126	2	1	2	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	2	2	2	2	10	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	34	Medio
127	4	2	3	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
128	2	1	2	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	58	Alto
129	3	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
130	4	2	3	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
131	3	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
132	4	4	4	4	4	2	18	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Eficiente	38	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	3	4	4	4	3	18	Alto	55	Alto

133	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto	
134	3	3	3	3	2	14	Aceptable	1	3	4	4	4	16	Eficiente	30	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	58	Alto	
135	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio	
136	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	18	Bajo	
137	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio	
138	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	24	Bajo	
139	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio	
140	4	4	4	4	2	18	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Eficiente	38	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	3	4	4	4	3	18	Alto	55	Alto	
141	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio	
142	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	3	3	3	3	14	Medio	2	4	3	3	3	15	Alto	2	4	3	3	4	16	Alto	45	Alto	
143	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio	
144	4	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
145	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	24	Bajo	
146	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	2	1	1	1	1	6	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	22	Bajo	
147	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio	
148	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio	
149	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto	
150	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	1	1	1	1	6	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	22	Bajo	
151	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto	
152	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	2	2	2	2	10	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	34	Medio	

153	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
154	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	58	Alto
155	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
156	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
157	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
158	4	4	4	4	2	18	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Eficiente	38	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	3	4	4	4	3	18	Alto	55	Alto
159	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
160	3	3	3	3	2	14	Aceptable	1	3	4	4	4	16	Eficiente	30	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	58	Alto
161	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
162	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	18	Bajo
163	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
164	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
165	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	4	17	Eficiente	31	Eficiente	2	2	2	2	2	10	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	34	Medio
166	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
167	3	3	3	3	2	14	Aceptable	1	3	4	4	4	16	Eficiente	30	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	58	Alto
168	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
169	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	18	Bajo
170	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
171	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	24	Bajo
172	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio

173	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
174	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
175	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	3	3	3	3	14	Medio	2	4	3	3	3	15	Alto	2	4	3	3	4	16	Alto	45	Alto
176	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
177	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
178	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	24	Bajo
179	4	4	4	4	2	18	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Eficiente	38	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	3	4	4	4	3	18	Alto	55	Alto
180	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
181	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
182	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	4	17	Eficiente	31	Eficiente	2	2	2	2	2	10	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	34	Medio
183	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
184	3	3	3	3	2	14	Aceptable	1	3	4	4	4	16	Eficiente	30	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	58	Alto
185	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
186	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	18	Bajo
187	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
188	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	24	Bajo
189	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
190	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
191	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
192	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	3	3	3	3	14	Medio	2	4	3	3	3	15	Alto	2	4	3	3	4	16	Alto	45	Alto

193	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
194	4	4	4	4	2	18	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Eficiente	38	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	3	4	4	4	3	18	Alto	55	Alto
195	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	1	1	1	4	8	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	24	Bajo
196	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	2	1	1	1	1	6	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	22	Bajo
197	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
198	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
199	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
200	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	1	1	1	1	6	Bajo	1	1	1	1	1	5	Bajo	1	4	4	1	1	11	Medio	22	Bajo
201	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	1	14	Medio	51	Alto
202	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	2	2	2	2	2	10	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	2	2	2	4	2	12	Medio	34	Medio
203	4	2	3	3	2	14	Aceptable	4	4	4	4	4	20	Eficiente	34	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	1	4	4	4	4	17	Alto	54	Alto
204	2	1	2	2	2	9	Deficiente	2	1	2	2	2	9	Deficiente	18	Deficiente	4	4	4	4	4	20	Alto	2	4	4	4	4	18	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	58	Alto
205	3	3	3	3	2	14	Aceptable	2	3	4	4	2	15	Eficiente	29	Aceptable	2	2	2	2	3	11	Medio	1	3	3	3	1	11	Medio	1	3	3	3	3	13	Medio	35	Medio
206	4	4	4	4	2	18	Eficiente	4	4	4	4	4	20	Eficiente	38	Eficiente	4	4	1	4	4	17	Alto	4	4	4	4	4	20	Alto	3	4	4	4	3	18	Alto	55	Alto



**UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
FACULTAD DE EDUCACION**

CUESTIONARIO DE PROCESOS COGNITIVOS

Procesos cognitivos inferiores o básicos		4	3	2	1
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
Procesos cognitivos superiores o complejos		4	3	2	1
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					



**UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
FACULTAD DE EDUCACION**

Estimado estudiante: El presente cuestionario tiene el propósito de recopilar información para el desarrollo de un proyecto de investigación a nivel universitario

Inventario SISCO del Estrés Académico

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

Sexo: _____. Facultad: _____. Edad: _____. Carrera: _____.
Estado Civil: _____. Año de estudio: _____.
¿Tiene hijo? Sí ___ No ___. Provincia: _____. Número de hijos _____.

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

_____ No En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido; en caso de seleccionar la alternativa “sí”, puede responder el resto de las preguntas.

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

Reacciones Psicológicas

	1 nunca	2 algunas veces	3 casi siempre	4 siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).				
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).				
Ansiedad, angustia o desesperación.				
Problemas de concentración.				
Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.				

Reacciones Físicas

	1 nunca	2 algunas veces	3 casi siempre	4 siempre

Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla)				
Fatiga crónica (cansancio permanente).				
Dolores de cabeza o migrañas.				
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea				
Rascarse, morderse las uñas, frotarse diferentes partes del cuerpo, etc.				

Reacciones Comportamentales

	1 nunca	2 algunas veces	3 casi siempre	4 siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir				
Aislamiento de los demás.				
Desgano para realizar las labores escolares.				
Aumento o reducción del consumo de alimentos				