



**INSTITUTO PARA LA CALIDAD DE LA EDUCACIÓN
SECCIÓN DE POSGRADO**

**RELACIÓN ENTRE PROCRASTINACIÓN Y ESTRÉS
ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA DE LA
UNIVERSIDAD DE SAN MARTÍN DE PORRES. LIMA –
PERÚ, 2019**

**PRESENTADA POR
SILVANA ANDUAGA LESCOANO DE SCERPELLA**

**ASESOR
CARLOS AUGUSTO ECHAIZ RODAS**

**TESIS
PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRA EN EDUCACIÓN
CON MENCIÓN EN DOCENCIA E INVESTIGACIÓN UNIVERSITARIA**

LIMA – PERÚ

2021



CC BY-NC-SA

Reconocimiento – No comercial – Compartir igual

El autor permite transformar (traducir, adaptar o compilar) a partir de esta obra con fines no comerciales, siempre y cuando se reconozca la autoría y las nuevas creaciones estén bajo una licencia con los mismos términos.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



**INSTITUTO PARA LA CALIDAD DE LA EDUCACIÓN
SECCIÓN DE POSGRADO**

**RELACIÓN ENTRE PROCRASTINACIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO
EN ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE
SAN MARTÍN DE PORRES. LIMA – PERÚ, 2019.**

**TESIS PARA OPTAR
EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRA EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN
EN DOCENCIA E INVESTIGACIÓN UNIVERSITARIA**

**PRESENTADA POR:
SILVANA ANDUAGA LESCANO DE SCERPELLA**

**ASESOR:
DR. CARLOS AUGUSTO ECHAIZ RODAS**

LIMA – PERÚ

2021

**RELACIÓN ENTRE PROCRASTINACIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE SAN MARTÍN DE
PORRES. LIMA – PERÚ, 2019.**

ASESOR Y MIEMBROS DEL JURADO

ASESOR:

Dr. Carlos Augusto Augusto Echaiz Rodas

PRESIDENTE DEL JURADO:

Dr. Vicente Pastor Santivañez Limas

MIEMBROS DEL JURADO:

Dr. Oscar Ruben Silva Neyra

Dra. Alejandra Dulvina Romero Díaz

DEDICATORIA

A mis padres Flor de María Lescano y Juan Mendoza por su amor, orientación y dedicación, a Lucho que siempre me ha apoyo incondicional.

A mi esposo César por su amor y comprensión, al mismo tiempo adorados hijos Bianca y Mariano que me motivan a ser cada día mejor.

Mis queridos hermanos Juan Pablo y Erick y a sus familias por compartir el amor fraternal que nos une y nos fortalece.

ÍNDICE

	Páginas
ASESOR Y MIEMBROS DEL JURADO	iii
DEDICATORIA	iv
ÍNDICE	v
ÍNDICE DE TABLAS.....	vii
ÍNDICE DE GRÁFICOS	ix
RESUMEN.....	xi
ABSTRACT.....	xiii
INTRODUCCIÓN	xv
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO	1
1.1 Antecedentes de la investigación.....	1
1.2 Bases teóricas	4
1.2.1 Procrastinación académica.....	4
1.2.2 Estrés académico	12
1.3 Definición de términos básicos	19
CAPÍTULO II: HIPÓTESIS Y VARIABLES	20
2.1 Hipótesis.....	20
2.1.1 Hipótesis general	20
2.1.2 Hipótesis específicas.....	20
2.2 Variables y definición operacional.....	22
2.2.1 Variables	22

2.2.2 Operacionalización de variables	23
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	25
3.1 Diseño metodológico.....	25
3.2 Diseño muestral	25
3.3 Técnicas de recolección de datos	26
3.4 Técnicas de procesamiento de la información.....	29
3.5 Aspectos éticos	29
CAPÍTULO IV: RESULTADOS.....	30
4.1 Estadísticos descriptivos.....	30
4.2 Contratación de hipótesis	41
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN	65
CONCLUSIONES.....	72
RECOMENDACIONES.....	75
FUENTES DE INFORMACIÓN.....	76
ANEXOS.....	86
Anexo 1. Matriz de consistencia.....	87
Anexo 2. Instrumentos para la investigación.....	90

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Estrés académico en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP. Lima – Perú, 2019.....	31
Tabla 2.	Estrés académico en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP. Lima – Perú, 2019.....	33
Tabla 3.	Procrastinación académica en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP. Lima – Perú, 2019.	38
Tabla 4.	Procrastinación académica en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP. Lima – Perú, 2019.	39
Tabla 5.	Relación entre la intensidad del estrés y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.	41
Tabla 6.	Relación entre la intensidad del estrés y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima Perú, en el periodo académico de 2019-II.	43
Tabla 7.	Relación entre el agente estresor y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.	45
Tabla 8.	Relación entre el agente estresor y la postergación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO- USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.	47
Tabla 9.	Relación entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.	49
Tabla 10.	Relación entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.	51
Tabla 11.	Relación entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la autorregulación académica en los estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.	53
Tabla 12.	Relación entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.	55

Tabla 13.	Relación entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.	57
Tabla 14.	Relación entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.	59
Tabla 15.	Relación entre las estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.....	61
Tabla 16.	Relación entre las estrategias para afrontar el estrés y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.....	63

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1.	Intensidad del estrés académico en alumnos del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.	35
Gráfico 2.	Agentes Estresores en alumnos del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.	35
Gráfico 3.	Reacciones físicas del estrés en alumnos del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.	36
Gráfico 4.	Reacciones Psicológicas del estrés en alumnos del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.	36
Gráfico 5.	Reacciones comportamentales del estrés en alumnos del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.	37
Gráfico 6.	Estrategias de afrontamiento del estrés en alumnos del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.	37
Gráfico 7.	Autorregulación académica en alumnos del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.	40
Gráfico 8.	Postergación académica en alumnos del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.	40
Gráfico 9.	Relación entre la intensidad del estrés y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.	41
Gráfico 10.	Relación entre la intensidad del estrés y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima Perú, en el periodo académico de 2019-II.	43
Gráfico 11.	Relación entre el agente estresor y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.	45
Gráfico 12.	Relación entre el agente estresor y la postergación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.	47
Gráfico 13.	Relación entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.	49

Gráfico 14.	Relación entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.	51
Gráfico 15.	Relación entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.	53
Gráfico 16.	Relación entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.	55
Gráfico 17.	Relación entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.	57
Gráfico 18.	Relación entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.	59
Gráfico 19.	Relación entre las estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.....	61
Gráfico 20.	Relación entre las estrategias para afrontar el estrés y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.....	63

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, FO-USMP, Lima Perú. Investigación de índole no experimental (observacional), descriptiva, correlacional, transversal y prospectiva. Con la participación de estudiantes de la FO-USMP, del IV ciclo de estudios, estando la muestra compuesta por 61 alumnos. Las variables fueron evaluadas mediante el Inventario SISCO de estrés académico y la Escala de Procrastinación Académica – EPA. La relación entre las variables se determinó mediante el análisis de correlación no paramétrico de Spearman.

RESULTADOS: En el intervalo del semestre académico casi el total de estudiantes (95,1%) indicaron tener estrés. Los alumnos que presentaron mayores niveles de autorregulación académica utilizaron con una mayor asiduidad las estrategias que hacen frente al estrés (P: 0,028). También se determinó que los alumnos que tienen el hábito de postergación académica con mayor incidencia, tienden también a reportar reacciones psicológicas asociadas al estrés (P: 0,006). Asimismo, se identificó que los estudiantes que contaron con estrategias para afrontar el estrés ($p=0,604$) fueron lo que menos postergaron las labores académicas.

CONCLUSIONES: Un gran porcentaje de estudiantes (95,1%) describieron haber presentado episodios de angustia, preocupación, ansiedad o nerviosismo en el tiempo que cursaron el ciclo

académico. Los alumnos que presentaron mayores niveles de autorregulación académica fueron los que tienen por práctica recurren continuamente a manejar habilidades para hacer frente al estrés. De igual manera se determinó que los estudiantes que aplican las estrategias de afrontamiento del estrés son los que presentaron con menor frecuencia el hábito de postergación académica.

Palabras clave: Estrés académico, procrastinación académica, estudiantes de odontología.

ABSTRACT

The present research aimed to determine the relationship between procrastination and academic stress in students of the School of Dentistry of the University of San Martín de Porres, FO-USMP, Lima Peru. Non-experimental (observational), descriptive, correlational, cross-sectional and prospective research. With the participation of students of the FO-USMP, of the IV cycle of studies, being the sample composed of 61 students. The variables were evaluated using the SISCO Inventory of academic stress and the Scale of Academic Procrastination - EPA. The relationship between the variables was determined by Spearman's nonparametric correlation analysis. RESULTS: 95.1% of students reported having presented stressing during the course of the semester. Students who presented higher levels of academic self-regulation tend to use stress coping strategies more frequently ((P: 0,028). It is also observed that the students who present more frequently the habit of academic postponement also tend to report psychological reactions associated with stress (P: 0.006). Also, it was identified that students who had strategies to cope with stress (p:0.604) were the least delayed academic work. CONCLUSIONS: The majority of the students (95,1 %) reported having presented stressing times during the course of the semester. Students who presented higher levels of academic self-regulation tend to use stress coping strategies more frequently. Similarly, it was determined

that students who apply stress coping strategies are those who presented less frequently the habit of academic postponement.

Keywords: Academic stress, academic procrastination, dental students.

INTRODUCCIÓN

La carrera de Odontología implica una experiencia de aprendizaje que conlleva cierto nivel de estrés, producto de factores como los requerimientos académicos, la relación docente – alumno, la interacción con pacientes que suelen acudir a la consulta con ansiedad, exposición a riesgos (sustancias biocontaminadas, tóxicas, radiación y contaminación sonora), espacio limitado y cerrado de trabajo, así como situaciones que no pueden controlar, como el incumplimiento de los pacientes o del técnico que procesa sus trabajos.

Sin embargo, uno de los principales estresores referidos por los alumnos suele ser la falta de tiempo (Picasso et al. 2012). Aunque en la mayoría de casos este fenómeno suele atribuirse a una deficiente organización, también existe otro factor que pudiera estar presente como estresor, como lo es la procrastinación académica, la cual está definida como una preferencia o predisposición para prorrogar o suspender la ejecución de alguna actividad académica significativa y realizar en su lugar otra que sean irrelevantes en su lugar. “Esta situación trae como consecuencia un estado de ansiedad, rendimiento académico deficiente, y un impacto negativo sobre la autoeficacia percibida”. (Cardona L. C. 2015).

En este estudio se asumió como propósito el de evaluar la relación entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de la FO-USMP. Determinando que este estudio se considera importante debido a que permitirá evaluar la relación entre ambas

variables, lo cual servirá a manera de fundamento para posteriores investigaciones en este campo, y será de importancia para el desarrollo de programas educativos.

Descripción de la situación problemática

Estudiar en la universidad constituye un proceso durante el cual los estudiantes deben modificar su conducta mediante la adopción de estrategias de aprendizaje, gestión de tiempo y estrategias de afrontamiento para el estrés, con la finalidad de cumplir los requerimientos académicos en una realidad que es nueva para ellos. Sin embargo, en la mayoría de casos los alumnos no saben aplicar este tipo de destrezas y ante una responsabilidad suelen reaccionar aplicando conductas evasivas que llevan como consecuencia al incumplimiento de las tareas y que interfiere en varios aspectos del quehacer académico con resultados negativos, como bajo rendimiento, ansiedad durante las evaluaciones, desmotivación y – principalmente - el estrés (Cardona, L. C. 2015).

Uno de los problemas más frecuente es el estrés con el que deben afrontar los estudiantes, siendo la falta de tiempo uno de los principales estresores referidos por ellos. (Pérez y Cartes-Velásquez 2015). Aunque en la mayoría de casos este fenómeno suele atribuirse a una deficiente organización o gestión de tiempo, existe otro elemento considerado como una variable en este estudio que logra dejar verlo como un factor recurrente de este estresor, la cual sería la procrastinación académica (Barraza, A. & Barraza, S. 2019). “La procrastinación se puede definir como la preferencia o predisposición para postergar el desarrollo de actividades importantes para realizar otras irrelevantes en su lugar, acompañada de un estado de ansiedad” (García, C. A., 2009), García, C. A. (2013).

En el modelo conceptual formulado por Arturo Barraza se considera que en el proceso del estrés existen tres componentes: las estrategias de afrontamiento, estresores (fuentes de estrés) y síntomas asociados al estrés. (Barraza, A. 2006). La conducta procrastinadora es

relacionada significativamente con los agentes estresores y con algunos síntomas del mismo, como lo es “la imagen que cada persona proyecta de sí mismo, dificultad para la atención y la concentración, inapetencia, agotamiento, dolor de cabeza, sueño, pesadez, irritabilidad, sentimientos de angustia, depresión y desolación”. (Barraza, A. & Barraza, S. 2019). La estrategia de afrontamiento también puede estar asociadas a la procrastinación académica: “la mayoría de sujetos con proceder procrastinador generalmente son suelen ser utilizar la estrategia del afrontamiento proactivo para recurrir frecuentemente al afrontamiento de evitación” (Barraza, A. & Barraza, S. 2019).

La procrastinación “suele ser una conducta frecuente y especialmente invariable, que se conserva desde los primeros días de inicio del ciclo hasta el final del periodo académico”. Cuando se convierte en una conducta crónica o generalizada hacia otros campos se puede definir como un rasgo de personalidad. Estableciéndose como un ciclo repetitivo sin fin, en el cual no solo implica el cumplimiento de quehaceres académicos, sino que del mismo modo tiene un impacto sobre la percepción del nivel de eficacia de cada individuo. (Garzón, A. & Gil, J. 2017)

A pesar de su importancia, los estudios que evalúan la relación entre la procrastinación y el estrés académico son escasos en nuestro medio. El valor del presente estudio radica en que permitirá evaluar científicamente la relación entre ambas variables, a la vez que los resultados podrán servir de base a posteriores investigaciones en este campo. Considerando que la procrastinación y el estrés no solo afectan el aspecto académico de los alumnos, de igual manera afecta su calidad de vida en general, los resultados del estudio también serán de importancia para el desarrollo de programas educativos que permitan potenciar su desarrollo integral.

Por lo expuesto, el propósito de la tesis fue el de evaluar la relación entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Formulación del problema

Problema general:

¿Cuál es la relación entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II?

Problemas específicos:

- ¿Cuál es la relación significativa entre la intensidad del estrés y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II?
- ¿Cuál es la relación significativa entre la intensidad del estrés y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II?
- ¿Cuál es la relación significativa entre el agente estresor y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II?
- ¿Cuál es la relación significativa entre el agente estresor y la postergación de actividades de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II?
- ¿Cuál es la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II?
- ¿Cuál es la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la

postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II?

- ¿Cuál es la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II?
- ¿Cuál es la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II?
- ¿Cuál es la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II?
- ¿Cuál es la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II?
- ¿Cuál es la relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II?
- ¿Cuál es la relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II?

Objetivos de la Investigación

Objetivo general:

Establecer la relación entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Objetivos específicos:

- Determinar la relación significativa entre la intensidad del estrés y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Determinar la relación significativa entre la intensidad del estrés y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Determinar la relación significativa entre el agente estresor y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Determinar la relación significativa entre el agente estresor y la postergación de actividades de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Determinar la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Determinar la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad

de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

- Determinar la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Determinar la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Determinar la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Determinar la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Determinar la relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Determinar la relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Importancia teórica: Actualmente la información existente sobre la procrastinación y el estrés académico es escasa. El estudio evaluó objetivamente la relación entre ambas variables, a la vez que los resultados servirán de base a posteriores investigaciones en este campo.

- Importancia práctica. La procrastinación y el estrés no solo afectan el aspecto académico de los alumnos, sino también su calidad de vida. Los resultados del estudio serán derivados al área de Tutoría de la Facultad de Odontología – USMP para realizar la propuesta de ejecutar un proyecto que implique en el propósito potenciar el desarrollo integral de los alumnos, y disminuir la tasa de desaprobados.
- Importancia social. Las demoras académicas originan que los estudiantes no lleguen a cumplir sus metas de forma satisfactoria. Los resultados del estudio permitirán conocer un aspecto de la problemática que afecta a un gran número de estudiantes en nuestro país.
- Importancia metodológica. El estudio brindará información sobre la aplicación de la Escala de Procrastinación para Estudiantes (PASS) y el Inventario SISCO del Estrés Académico. Considerando en el presente estudio, que permitió evaluar de manera sencilla y confiable ambas variables como lo son la procrastinación y estrés académico y su relación entre sí. Siendo los resultados a ser remitidos a los programas académicos dirigidos a lograr la formación integral del alumnado.

Viabilidad de la investigación

- Se obtuvo la revisión y visto bueno del ICED-USMP y de la FO-USMP.

Limitaciones del estudio

- No fue posible validar la información manifestada por los estudiantes, debido a que fue utilizada como instrumento un cuestionario tipo encuesta.

- Por ser un estudio transversal, no es posible determinar relaciones de causalidad entre las variables.
- En la actualidad no se cuentan con antecedentes nacionales que investiguen la relación que existe entre la procrastinación y el estrés académico con los instrumentos SISCO y PASS, por lo que fue necesario revisar estudios realizados en el extranjero.

CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO

1.1 Antecedentes de la investigación

Khalidet al. (2019) evaluaron la relación entre la procrastinación, el estrés autopercebido, los niveles de alfa-amilasa salival y los estilos de crianza de los estudiantes chinos de medicina. La presente investigación fue de tipo observacional, descriptivo y transversal. Se obtuvo una muestra que incluyó 140 estudiantes de primer año de la Shandong University. Se utilizó como instrumento la Escala de Procrastinación Académica (PASS), la Escala de Estrés Percibido (PSS), el nivel de alfa amilasa salival y el Eigna Minnenav Barndoms Uppfostran (EMBU), que evalúa el estilo de crianza de los hijos. Los niveles de estrés y la alfa amilasa salival se evaluaron en la semana 1 (línea de base), en la semana 2 y en la semana 4. Como resultados se descubrió que el sexo masculino presentó altos niveles de procrastinación y estrés, así como estilos de crianza negativos (basados en severidad, castigo y rechazo). El estudio concluye que la procrastinación estuvo asociada al estrés y a estilos de crianza negativos.

Córdova, D.A. & Santa María, F.B. (2018) evaluaron las causas asociadas a la producción de estrés en estudiantes de la Facultad de Odontología de una universidad peruana. La investigación fue de tipo observacional, descriptivo y transversal. Se evaluó una muestra de 140 estudiantes. El estrés fue evaluado mediante el “Dental Environment Stress Questionnaire”. El estudio encontró que la prevalencia de estrés fue de 75,7%. Se observó que el nivel de estrés

fue mayor en el nivel preclínico que en el nivel clínico, y mayor en los adultos jóvenes que en los adultos. Se concluyó que un gran porcentaje de los estudiantes de odontología presentaron estrés, el cual estuvo asociado al nivel académico y a la edad.

Gil, L. y Botello, V. (2018) evaluaron la relación entre la ansiedad en estudiantes limeños y la procrastinación académica. La investigación fue de tipo observacional, descriptivo y transversal. Se tomó como muestra a un grupo de 290 estudiantes de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima. Los instrumentos empleados fueron la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y Escala de Autovaloración de Ansiedad de Zung. Se obtuvo como resultado que procrastinación fue mayor en los hombres y en aquellos que presentaron mayores niveles de ansiedad. Los resultados determinaron que la procrastinación estuvo relacionada con el sexo y la ansiedad.

Mamani S.E. (2017) evaluó la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad rasgo en universitarios limeños. El estudio fue de tipo observacional, descriptivo y transversal. La muestra estuvo conformada por 200 estudiantes de primer año de una universidad privada de Lima metropolitana. Los instrumentos empleados fueron la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE). El estudio no encontró relación entre la ansiedad con la procrastinación, ni con la autorregulación académica; ni con la postergación de actividades. Solo se observaron diferencias respecto al sexo, siendo las mujeres quienes presentaron una mayor autorregulación académica. El estudio concluye que no hubo relación entre la procrastinación académica y la ansiedad rasgo en los universitarios.

Medrano M. L. (2017) evaluó la relación entre la procrastinación y estrés académico en universitarios limeños. El estudio fue de tipo observacional, descriptivo y transversal. Se obtuvo de una muestra de un grupo conformado por 112 estudiantes de la especialidad de optometría de la Universidad Nacional Federico Villareal. Fueron utilizados como instrumentos la Escala de Procrastinación Académica (PASS) y el Cuestionario de Estrés

Académico en la Universidad (CEAU). El estudio encontró una relación directa de nivel bajo entre la procrastinación y el estrés académico. Se observó esta relación se dio principalmente en las mujeres y en el grupo más joven. La investigación concluyo que existe una relación significativa entre la procrastinación y el estrés académico de los estudiantes.

Yarlequé et al. (2016) evaluaron la relación que existe entre el bienestar psicológico, la procrastinación y el estrés en estudiantes universitarios peruanos. La metodología aplicada fue de tipo observacional, descriptivo y transversal. Se conformó un grupo de 1006 estudiantes procedentes de Junín y Lima, de los cuales fueron tomados como muestra del estudio. Respecto a los alumnos de Junín, 266 procedían de una universidad estatal y 256 de universidades particulares; respecto a los de Lima, 395 procedían de una universidad estatal y 89 de universidades particulares. Para la evaluación de las variables fueron utilizados el Cuestionario de Estrés Académico en la Universidad (CEAU) y la Escala de Procrastinación Académica (PASS). Según los resultados de la investigación no hubo relación significativa entre la procrastinación y el estrés, ni entre el bienestar psicológico con el afrontamiento del estrés. Sin embargo, fue encontrada una relación significativa de la relación entre el bienestar psicológico la procrastinación y el bienestar psicológico. La investigación concluyo que los estudiantes procrastinaron menos fueron los que presentaron un mayor bienestar psicológico.

Cardona L.C. (2015) evaluó la relación entre la procrastinación y el estrés académico en universitarios colombianos. El estudio fue de tipo observacional, descriptivo y transversal. Se evaluó a una muestra de 198 estudiantes de la Universidad de Antioquia, procedentes de distintas Facultades. Los instrumentos empleados fueron la Escala de Procrastinación Académica (PASS) y el Inventario SISCO de Estrés Académico. El estudio encontró relación significativa entre la conducta procrastinadora y algunos indicadores del estrés, ansiedad, angustia, depresión, fatiga, dolor de cabeza, somnolencia, irritabilidad, problemas de concentración e inquietud. Siendo la investigación concluyente en indicar que existe una relación entre ambas variables.

1.2 Bases teóricas

1.2.1 Procrastinación académica

Origen en la palabra en latín *procrastinare*, que se forma a partir de dos palabras: *pro*, que significa “a favor de”; y *crastinare*, referido “al día de mañana”. De este modo, el significado literal sería “dejar para el día siguiente” (García, C. A. 2019).

La procrastinación se puede definir como la predisposición para retrasar la ejecución de labores académicas consideradas significativas para efectuar otras actividades que no son relevantes en su lugar, acompañada de un estado de ansiedad García, C. A. (2009), García, C. A. (2013). En el caso de la procrastinación académica, las actividades se tienden a postergar pertenecen a esta índole.

La postergación vista como “estado” consiste en evadir tareas específicas en un momento determinado de tiempo. Sin embargo, cuando esta conducta se torna crónica o generalizada se podría considerar como un “rasgo” de la personalidad Miranda, G. L., (2019), Natividad, L. A. (2014)

Es conveniente distinguir la procrastinación funcional de la disfuncional. En este sentido, consideramos a la procrastinación funcional (“postergación estratégica”, “postergación planeada”), como una conducta que es esporádica y admisible, la cual estaría orientada a llegar a un objetivo específico, como lo sería el incremento del rendimiento. (P.ej. realizar una postergación en ejecutar una actividad para poder lograr conseguir mayor investigación viable antes de decidir en realizar una actividad de importancia muy trascendental o ejecutar una actividad más productiva). Y la procrastinación disfuncional sería una postergación de las actividades académicas, la cual estaría vinculada con una forma de vida inconveniente que tiene como resultado efectos negativos que incluyen ansiedad y estrés (Mamani, S.E. (2017), Miranda, G. L. (2019), García, C. A. (2013).

También debemos diferenciar la procrastinación de la “demora activa”. En este caso el individuo tiende a realizar sus esfuerzos en ejecutar labores fructíferas, con el principal propósito de aplazar el cumplimiento de una diligencia primordial específica. Por el contrario, en la procrastinación se prefiere trabajar bajo presión y no siempre se concluyen los objetivos debido a que se dedicó el tiempo a actividades triviales e improductivas (Miranda, G. L. 2019).

De igual manera, debemos diferenciar la pereza de la procrastinación y esta radica en que la pereza es determinada como una dificultad, resistencia a realizar un trabajo, siendo en la acción de procrastinar no realizar la labor por estar atareado, desempeñando una acción suplente, con el objetivo de evadir cumplir la actividad de mayor importancia. (García, C. A. 2013).

Modelos psicológicos para explicar la procrastinación.

Enfoque Psicodinámico (Baker): Supone a la acción de procrastinar como la evasión de labores determinadas, las cuales producirían una gran ansiedad y serían consideradas como amenazantes para el yo; esta situación origina que, inconscientemente, se empleen componentes de auto protección que consientan reducir esa molestia, e inclusive evadir el trabajo (Álvarez, O. R. 2010). Declarando este enfoque a la procrastinación como una prevención para no fracasar actuando como un mecanismo de defensa y estaría asociada a prácticas erróneas de crianza durante la infancia donde el padrón de crianza de los padres ha potenciado las frustraciones al momento de no tener éxito en algunas tareas y el deterioro de la autoestima del niño. (Carranza, R. A. & Ramírez, A. (2013). Este “enfoque estudió los procedimientos concernientes al aplazamiento de trabajos siendo el primero en estudiarlos” Natividad, L. A. (2014).

Modelo Motivacional: Este “enfoque modelo determina que la estimulación para lograr un objetivo que conlleve a un beneficio es una característica inmutable en el ser humano, el

cual ejecutara diversas acciones y conductas destinadas para lograr el éxito en cualquier circunstancia”; en este sentido el individuo podría elegir dos posiciones: la expectativa de lograr el éxito o el temor al fracaso. El éxito sería el producto del éxito motivacional y el segundo la estimulación para evadir un contexto que se suponga como nocivo. Siendo esta segunda opción práctica cuando el miedo al fracaso prevalece con respecto a la expectativa del triunfo. Entonces es cuando los individuos escogen acciones en las que se perciban que el triunfo existe y estará asegurado, aplazando las actividades que supongan que son complicadas y que podrían suponer un fracaso (Carranza, R. A. & Ramírez, A. (2013).

Enfoque Conductual (Skinner): Afirma que los comportamientos reaparecen y se repiten al ser fortalecidos, siendo que permanecen por sus resultados y /o consecuencias (efecto de retroalimentación) Álvarez, O.R. (2010). Explicando que los individuos que procrastinan, lo siguen haciendo, porque en alguna oportunidad alcanzaron el triunfo, por los elementos circunstanciales que consintieron continuar procrastinando y que no tuvieron resultados perjudiciales (Burka, J. B. & Yuen, L. M. 2008), (Carranza, R.A. & Ramírez, A. 2013). Este enfoque relaciona la procrastinación con las hipótesis del aprendizaje, enfatizando la ley del efecto, de esta manera precisa la expresión “estímulo engañoso”, referida a la predisposición a anteponer las recompensas en breve tiempo antes que las de tiempo prolongado (Mamani, S. E. 2017).

Enfoque Cognitivo Conductual (enfoque Racional Emotivo Conductual): Postula que la procrastinación es ocasionada por los pensamientos absurdos que los individuos poseen referente a lo que involucra culminar un trabajo convenientemente. Tranzándose objetivos altos e irreales, los cuales terminen en efectos adversos a los deseados. Entonces se desencadenan, alteraciones emocionales en el individuo y como consecuencia aplazan cualquier cumplimiento de trabajo, inclusive haciendo que sea casi imposible poderlas culminarlas eficientemente; todo ello con el propósito de evadir su autoevaluación sobre su propia competencia (Álvarez, O. R.

2010). Bajo este enfoque se menciona que existe una directa sobre lo que un individuo obra y sus pensamientos e ideologías. En tal sentido, la procrastinación sería el producto de cogniciones ilógicas en los individuos, las mismas que forman una apreciación negativa de autovalía respecto a su rendimiento. Siendo esto el producto de tres principales causas: “La hostilidad, autolimitación inclinaciones a ser muy críticos consigo mismos, pesimismo y pensamientos negativos intolerancia a la tolerancia al fracaso, frustración incapacidad y/o para tolerar molestias” (Natividad, L. A. 2014). En este enfoque se determina que la “acción de procrastinar involucra el proceso en la información disfuncional que involucra esquemas desadaptativos concernientes al temor de la exclusión social y con la incapacidad” (Carranza, R.A. & Ramírez, A. 2013).

Al respecto, García (2009) planteó el “Modelo ABC” para ilustrar el contexto en el cual la persona procrastina, donde A se refiere al acontecimiento que va a desencadenar la conducta procrastinadora sea este real o verdadero, B se refiere a las suposiciones u opiniones referentes a esta conducta, y C la manifestación de los resultados emocionales en las conductas y las emociones. Explicando que cuando a un estudiante se le asigna una tarea difícil sin ninguna o poca antelación De este modo, si un alumno recibe una tarea difícil con poco tiempo de antelación para que sea efectuada, entonces el estudiante especula si la realizara de la siguiente manera: “¡Muy mal si piensa este profesor que realizaré esto en poco tiempo es mucho trabajo! Como resultados de esto sentirá diversas emociones negativas como ira, angustia, entonces evadirá ejecutar la tarea asignada, realizando otras labores poco significativas o en algunas ocasiones recreativas (redes sociales, TV, navegación en Internet, etc.).

Etiología de la procrastinación

Pychlyl plantea que “los individuos que procrastinan tienden a ser impulsivos y perfeccionistas, pues se preocupan por las expectativas que los demás tienen de ellas, y porque temen cometer errores y fracasar”. Por ello, el autor no considera a la procrastinación como un

problema de mal manejo del tiempo, sino como un manejo desfavorable de las propias emociones (Miranda, G. L. 2019).

Ferrari J. considera que la principal diferencia entre las personas que procrastinan y las que no, es que este segundo grupo tienen una identidad establecida y no se enfocan en la autoestima social, sino, se centran en la propia autoestima, es decir; cómo se sienten sobre sí mismos, y no sobre cómo las personas los perciben (Miranda, G. L. 2019)

Steel considera que las personas procrastinan porque ven el presente de manera concreta, y el futuro de manera abstracta y lejana. Asimismo, el alivio que se siente cuando se termina una labor no compensa la sensación de insatisfacción al admitir que el trabajo pudo realizarse con mayor calidad y eficacia. Sin embargo, este investigador considera que una persona perfeccionista tiene mayor probabilidad de reprocharse por postergar sus actividades y de buscar soluciones para dejar de hacerlo. Por otro lado, el mismo autor considera que la procrastinación es más frecuente en personas impulsivas, pues tienden a mostrar impaciencia, quieren terminar sus actividades rápido y les cuesta postergar las gratificaciones para un momento futuro. Finalmente, el autor resalta que la ansiedad origina consecuencias opuestas en las personas que procrastinan pero no son impulsivas, y en las que procrastinan y son impulsivas; es decir, en el primer grupo, la angustia funcionaría como un propulsor para empezar a actuar y realizar la tarea para disminuir la ansiedad y culpabilidad; sin embargo, ocurre lo contrario en las personas más impulsivas, pues ellas canalizarían su ansiedad en actividades alternas que les ayuden a distraerse para librarse temporalmente de la preocupación. “Expectativas que una persona puede tener sobre su propio rendimiento al realizar una actividad pueden determinar si será propensa a procrastinar” o no, es decir, si uno tiene confianza en sus capacidades y es optimista, verá su meta como posible y realizable; sin embargo, si piensa que no tendrá buenos resultados, verá la tarea como inalcanzable y la postergará o incluso no la realizará (Miranda, G. L. 2019).

Por otro lado, Burka y Yuen (2008) consideran como causa significativa el temor de conseguir el triunfo como desencadenante de la conducta procrastinadora. Por ello, los autores mencionan algunas cogniciones que explican la evasión del éxito:

- a. “El éxito demanda demasiado esfuerzo, debo retirarme”: asociada al temor a perder o no poder cumplir un compromiso, o por el temor a ganar si no se consideran merecedores del éxito. En algunos casos piensan que al tener éxito estarán tan ocupados que no tendrán tiempo para hacer las actividades que usualmente disfrutaban.
- b. “El éxito es peligroso: alguien siempre sale herido”: asociada al temor a las críticas negativas, o a que nuestro éxito opaque o afecte a otras personas.
- c. “El éxito está fuera de mis límites”: asociada a la sensación de no merecer el éxito, o de que nuestros logros generen envidia en otras personas.

Guzmán en su estudio establece dos factores fundamentales básicos en desencadenar la conducta procrastinadora: a) La distribución transitoria de refuerzos y correctivos: teniendo en cuenta que cuando sea más lejano un castigo o refuerzo referido al presente contexto, será factible que no influya en la decisión de llevar a cabo una tarea; b) Renuencia negativa ante la realización de una labor o tarea: entendiéndose que al tener el disgusto por cumplir con realizarla mayor será la posibilidad de que el individuo realice la acción de procrastinar, de que la persona procrastine y produciendo ansiedad (Mamani, S. E. 2017).

Específicamente en el campo académico, Schraw et al. sostienen que el origen de la procrastinación se encontraría en: a) Particularidad de la persona: respecto a la capacidad de organizacional y escala de interés de cada individuo; b) Particularidades y características del catedrático: concerniente al método de enseñanza c) particularidad de la tarea: Con respecto a la información que tiene el estudiante de la tarea y la idealización de la misma (Mamani, S.E. (2017)).

Tipos de procrastinadores

Ferrari, J; Johnson, J & McCown, W. (1995) (citados en Mamani, S.E. (2017)) clasifican a los procrastinadores en tres categorías:

- a) Procrastinador tipo arousal: Es el individuo que busca obtener las emociones de procrastinar; entonces sería cuando la persona precisa obtener la emoción del “subidón” que se logra al cumplir un trabajo pendiente en el último tiempo, experimenta como un refuerzo positivo. Suelen presentar cogniciones como: “yo trabajo mejor bajo presión”.
- b) Procrastinador tipo evitativo: Es ante la falta de estimulación y/o motivo, el individuo evade afrontar un trabajo. En este caso es evidente el miedo que tiene el individuo a afrontar sus limitaciones o el fracaso.
- c) Procrastinador tipo decisional: Es cuando el individuo tiende a planificar mucho sus acciones. Entonces este piensa y conscientemente aplaza la determinación de emprender una labor, siendo lo que difiere de los otros tipos de procrastinadores mencionados primero es que ellos son de característica conductual. Esta personalidad posee elementos como miedo al riesgo, baja responsabilidad, ansiedad, bajas habilidades interpersonales e inseguridad referente a su propia capacidad en el desempeño en realizar una labor.

Piers Steel (citado en Miranda, G. L. 2019) clasifica a los procrastinadores en cuatro categorías:

- a) Procrastinador tipo buscador de emociones: personas que disfrutan la emoción de terminar una tarea justo a tiempo.
- b) Procrastinador tipo evitador: se abruma debido al temor de fallar u obtener desaprobación por parte de los demás.

- c) Procrastinador tipo indeciso: tienen gran dificultad para tomar decisiones y en vez de actuar, se estancan pensando en las alternativas de solución.
- d) Procrastinador tipo impulsivo: tienen poca autodisciplina y suelen distraerse con facilidad.

Takács (2005) (citado en Cardona, L. C. 2015) clasifica a los procrastinadores en siete categorías:

- a) Perfeccionista, quien supone que el trabajo pendiente que está dilatando no cumple sus expectativas.
- b) Idealista, divaga, y no está centrado en la realidad.
- c) Ansioso y preocupado, desea que los objetivos trazados sean ejecutados e acuerdo a lo planificado.
- d) Causante de caos, se regocija de algún tipo de interacción social relacionada a la dilatación en realizar la labor.
- e) Provocador, con personalidad retadora quien con la justificación de un control por parte de terceros genera un retraso atentando con violencia.
- f) Atareado, el cual se encuentra muy ocupado en diversas responsabilidades que deberá cumplir al mismo tiempo y finalmente no finiquita de manera eficiente satisfactoriamente ninguna de ellas.
- g) Relajado, Individuo que huye de alguna obligación, con tendencia a evadir circunstancias que le generen estrés y responsabilidades.

Estrategias para afrontar la procrastinación.

Ferrari considera que “el mejor tratamiento para la procrastinación es la Terapia Cognitivo Conductual”, debido a que los procrastinadores precisan repensar y replantearse su

manejo del tiempo y motivación. A nivel social, plantean que se debería enfatizar en premiar la puntualidad, en vez de castigar la tardanza (Miranda, G. L. 2019).

Pychlyl propone las siguientes recomendaciones para combatir la tendencia a procrastinar: a) Aprender técnicas de *mindfulness* y meditación para controlar los pensamientos desfavorables; b) Dividir la tarea en pasos definidos y manejables; c) No reprenderse por postergar las actividades; d) Centrarse en los buenos hábitos que uno ya tiene; e) Imaginarse a uno mismo en el futuro; f) Recordar la importancia de la tarea pendiente (Miranda, G. L. 2019)

1.2.2 Estrés académico

Definición del concepto

El estrés (inglés: *stress*) puede definirse como una situación de nerviosismo y ansiedad excesiva la cual es consecuencia por demasiada actividad, en las labores, tareas y/o responsabilidades, sufriendo perturbaciones emocionales, corporales y psicológicos en los sujetos que lo sufren esta situación (Larrouse, 2016).

El estrés está compuesto de reacciones de la conducta de una persona, la cuales podrían ser funcionales, fisiológicas y psicológicas de la misma que precisa adecuarse ante un elemento de riesgo – de cualquier origen - que atente al individuo (estímulo estresor). A excepción cuando en el medio existen demasiados factores estresores y los mecanismos de defensa de cada persona no son adecuados, entonces ocurre una variación de la homeostasis, logrando un desequilibrio, desplegándose una serie de ajustes fisiológicos los cuales podrían tratarse de respuestas emocionales negativas como la depresión, furia, depresión y tristeza o incluso puede influir en el desarrollo de enfermedades sistémicas (Picasso et al. 2016), Picasso et al. (2012), Apaza, R. (2018). Algunos autores se refieren al primer tipo como un “estrés bueno”, mientras que al segundo lo denominan “estrés malo” (Maya, C. 2016).

Podremos definir a es estrés a modo del cual se encuentre vinculado al área académica, pedagógica e instructiva. Definiéndolo precisamente el que puede concernir a los miembros de diversos niveles educativos como lo serían los docentes y estudiantes (Apaza R. 2018).

Asimismo, existe un síndrome conocido como Burnot, cuyo factor principal es el estrés, el cual es definido como un tipo de estrés producido por la carga de trabajo o por el quehacer académico y se caracteriza por presentar desgaste emocional, con una disminución en la voluntad para realizar toda labor, acompañado con una baja apreciación de su capacidad de producción profesional o propia (Picasso et al. 2016), Picasso et al. (2012). También se encuentra presente entre estas características una despersonalización la cual se define como la capacidad de producir actitudes, emociones, pensamientos con respuestas, frías y distantes; una baja apreciación de su capacidad de producción profesional o propia en el trabajo se describe como una disposición a valorarse de manera negativamente influyendo en la capacidad para cumplir con su labor, estando disconformes consigo mismos y con sus logros profesionales en el trabajo en su vida personal; el desgaste emocional sería una baja voluntad y energía o un déficit con los recursos emocionales propios de cada individuo. (Robles, R. & Cáceres, L. 2010).

En la revisión de Pérez y Cartes-Velásquez (2015) se hace referencia a algunas peculiaridades que presenta el estrés en la carrera de odontología, a diferencia de otras carreras:

- En nivel de estrés suele ser mayor en aquellos para quienes la medicina fue su primera opción de carrera, y no la odontología, o en aquellos que fueron obligados por sus padres o por la influencia de familiares o amigos a estudiarla.
- En el ámbito académico muchas veces, la presencia del estrés es considerado como un indicador que el estudiante se está esforzando para lograr el éxito académico y como resultado es un fenómeno aceptado por los mismos.

- Al cursar la carrera de Odontología el estrés aumenta cuando avanzan los ciclos, debido a las responsabilidades en la atención clínica, lo cual implica la utilización de materiales e instrumentales, además de la intervención invasiva procedimental de los pacientes, lo cual difiere en el estudio de Medicina, en la cual se va reduciendo al avanzar en las asignaturas.
- Los mayores niveles de estrés suelen reportarse en el cuarto año, donde se da el paso de la etapa preclínica a clínica y se prioriza la práctica con pacientes.
- En el estímulo por estudiar la carrera de odontología se resalta el agrado por la propia carrera, siendo que a un estudiante le agrada la carrera que cursa, pero no necesariamente la manera en la que se le enseña.
- Principales factores estresantes son los excesivos requerimientos académicos y la falta de tiempo. También suele reportarse como factores estresantes el incumplimiento por parte del paciente o errores del laboratorio, los cuales aquejan el rendimiento académico y que no son controlables por los estudiantes. Además del aspecto académico, la profesión odontológica se presentan otros factores que conllevan a la producción de estrés, como lo es la atención clínica con pacientes, con los que perciben sentimientos de miedo o ansiedad en el procedimiento realizado, en el manejo del material e instrumental y la exposición a riesgos biológicos si no toman las medidas necesarias de bioseguridad. (Ej. ruido, posturas específicas, sustancias químicas, entre otros).
- También se ha observado el estrés tiene una relación directa con síntomas depresivos: “variación diurna”, "disminución en la autoestima" y "desconcierto", alcanzando niveles que se podrían comparar con las personas con enfermedades mentales que se encuentran internadas. Algunos síntomas serían la “rumiación suicida” y el “afecto

melancólico”, los cuales han sido identificados en alumnos con depresión, y son factores que se utilizan para determinar si existe un nivel de riesgo alto a ejecutar un suicidio.

Modelo conceptual del estrés académico

Barraza A. (2006) considera que en el transcurso del desarrollo del estrés se identifican tres etapas: a) Input o primer paso, es cuando al estudiantes se le asigna diversos desempeños en su quehacer académico; entonces en base a estas demandas asignadas el estudiante evalúa con qué recursos cuenta para afrontarlas y superarlas, y en su defecto de no contar con los recursos suficientes, el estudiante considerara a estas demandas asignadas como estresores; b) Desequilibrio sistémico como segundo paso, esto ocurre cuando los factores del estrés desencadenan un desequilibrio fisiológico general en el estudiante; el cual se evidencia mediante una sucesión de síntomas conductuales, psicológicos, y corporales y c) Ooutput, sería el tercer paso, luego de las reacciones anteriores el estudiante, consciente de su estrés, emprende a efectuar diversos mecanismos con la finalidad de afrontar su estrés, logrando recuperar el equilibrio. Como conclusión de este modelo se puede determinar que existen tres mecanismos sistémicos en el proceso del estrés: Las fuentes de estrés, serían los estresores, el desequilibrio sistémico con la aparición de los síntomas como respuesta al estrés y el mecanismo de defensa del sistema del ser humano, como lo son las estrategias de afrontamiento.

Etiología

Seyle fue el primero en emplear el término “estresor” para definir a los estímulos causantes del estrés. El autor considera que solo un estímulo consigue causar estrés, de acuerdo a las causas como sería el tiempo, cantidad, intensidad, entre otros (Reinoso, E.P. 2017).

Orlandini (citado por Reinoso, E.P. 2017), identifica a los estresores y los agrupa en relación a estos criterios:

- Cronología en la que acontece: lejanos, en el presente y futuro.
- Duración en el tiempo en que actúan: muy cortos, breves, extendidos y crónicos.
- Reproducción de la acción traumática: asilada o repetida
- Número de veces en las que se presenten los episodios: aislados, compuestos.
- Fuerza del impacto: estrés común diario, microestresores, estresores de mediana gran intensidad.
- Composición del estímulo estresor: Psicológicos, químicos, corporales, fisiológicos, mentales, psicosociales
- Dimensión social: macrosocial, microsocial.
- Contenido traumático: laboral, familiar, de parejas, sexual, etc.
- Situación de la estimulación: existente, personificado, inexistente
- Ubicación de la demanda: externa, interna, intrapsíquica
- Relaciones intra psíquicas: antagonismo, ambivalencia, sinergia positiva y sinergia negativa,
- Consecuencias en la salud: beneficiosas, perjudiciales.
- La fórmula diátesis/estrés: que sea causante o formador de la enfermedad, como elemento que desencadene o lo inicie, también mixto.
- Silvia Tolentino (citado por Reinoso, E. P. 2017), clasifica los estresores en dos grupos:

- Individuales: Propios de cada persona. Comprenden: 1) Conflicto de roles o Rol dual: Es cuando el alumno siente la imposición que manifiesta el estudiante cuando se confrontan ambas expectativas, primero la expectativa de el mismo, confrontado a lo que cualquier otra persona (su familia, amistades, docentes). tenga o espere de él. 2) imprecisión de la entidad académica: Esto es cuando las indicaciones asignadas por el docente son ambiguas y abstractas; 3) Exceso de responsabilidades y labores: enorme monto de labores, fusionadas a la ausencia de habilidades del docente para organizar su tiempo.
- Grupales: Comprenden: 1) Clima educativo; 2) Conflictos intergrupales.

Síntomas del estrés

Según Apaza, R. (2018) y Reinoso, E.P. (2017), el estrés puede manifestarse de manera diferente en cada persona, aunque suele acompañarse de los siguientes síntomas:

- Síntomas físicos: aumento de la presión arterial, disfunciones gastrointestinales (P.ej. gastritis, úlceras), síndrome del colon irritable, insuficiencia renal, disminución en el deseo sexual, impotencia, cansancio crónico, ansiedad, sensación de supuesta angustia, rigor muscular, dolor de espalda, dolor de cabeza, pupilas dilatadas (midriasis), bruxismo, temblores o tics nerviosos, gran producción de sudor, baja de peso o aumento, y frecuentes catarros o gripes.
- Síntomas psicológicos: angustia, irritabilidad, depresión, inseguridad, pesimismo, tristeza, miedo, confusión e imagen negativa de uno mismo.
- Síntomas del comportamiento: reacciones impulsivas, pérdida de capacidades para sociabilizar: aislamiento, conflictos, problemas de concentración, desgano, falta de responsabilidad y empeño, o ausentismo laboral, ausencia e indiferencia en el propio individuo y hacia el prójimo, olvidos frecuentes, tendencia a sufrir sucesos

como accidentes, problema con el apetito y el sueño, es decir muchas ganas de comer o anorexia, tendencia a consumo de sustancias (tabaco, alcohol, drogas) y estado de defensa del “yo”.

- Según Martín, I. M. (2007), las consecuencias del estrés también pueden enfocarse desde tres planos:
- Plano conductual: Esto acontece cuando se encuentra próxima la fecha de las evaluaciones parciales o finales. Entonces los alumnos cambian su hábitos y costumbres, siendo estos muchas veces dañinas para la salud, como la ingesta de sustancias estimulantes o psicoactivas y consumo de cigarro e inclusive tranquilizantes. Afectando esto en los educandos el estado de la salud psicológica, física, y conductual.
- Plano cognitivo: da e inicio a los procesos en la emoción donde se en el marco de la realidad esta se transforma en la medida que se acerca la fecha de las evaluaciones parciales o finales y de igual manera al tiempo en que se publican los promedios de las evaluaciones.
- Plano psicofisiológico: el estrés académico puede originar una inmuno depresión – principalmente a nivel de los linfocitos T y, pudiendo como consecuencia contraer enfermedades.

Estrategias para afrontar el estrés:

Lazarus et al. Diseñaron en ocho formas las estrategias para hacer frente al estrés, siendo estas partes las que integran entre sí, llegando a complementarse :1) Afrontamiento por confrontación: es la manera en la que hacemos frente directamente al problema suscitado. 2) Apartamiento: ocurre cuando abandonamos momentáneamente el conflicto. 3) Autocontrol: capacidad del individuo de eludir o impedir que se demuestren externamente lo individuos. 4)

Solicitud de contar con el apoyo social: necesidad de solicitar el auxilio 5) Conformidad en aceptar el compromiso: también en asumir las secuelas de los errores 6) Evasión y abandono: el hecho de huir y no enfrentar alguna 7) Resolución planeada: se realiza una planificación de la situación poniendo el orden el esquema de manera metódica 8) Reevaluación positiva: enfatizar en resaltar las áreas de la dificultad que se consideren positivas (Apaza, R. 2018).

1.3 Definición de términos básicos

Ansiedad. Estado de intranquilidad y/ nerviosismo que puede ser desencadenado por alguna circunstancia que sucederá en algún futuro cuya fecha no se sabe y que en este hecho se pueda someter a algún riesgo.

Cognición. Secuencia de acciones psíquicas con el objetivo es el de obtener el conocimiento con lo opuesto a las influencias de la emoción.

Conductismo. Es una filosofía de la psicología científica que se atribuye a la conducta como el objetivo del estudio y que utiliza como método a la observación, y exonera de su estudio a todo lo que no se pueda verificar, los datos de la introspección.

Motivación. Cantidad de elementos que intervienen en el acto de elegir una actividad.

CAPÍTULO II: HIPÓTESIS Y VARIABLES

2.1 Hipótesis

2.1.1 Hipótesis general

Existe relación significativa entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

2.1.2 Hipótesis específicas

- Existe relación significativa entre la intensidad del estrés y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Existe relación significativa entre la intensidad del estrés y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Existe relación significativa entre el agente estresor y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

- Existe relación significativa entre el agente estresor y la postergación de actividades de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

- Existe relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
- Existe relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

2.2 Variables y definición operacional

2.2.1 Variables

Procrastinación académica. Predilección para aplazar el desempeño de acciones en el rubro académico que se consideren de importancia, para en cambio hacer otras labores que no son relevantes, todo esto con sentimientos agregados de estrés y angustia García, C. A. (2013), García, C. A. 2009).

Estrés académico. Es un conjunto de manifestaciones físicas y mentales definidas en un estado de nerviosismo excesivo que lleva como consecuencia de una desproporción en las actividades, labores de índole académico, en la que como respuesta el organismo presenta problemas físicos y psicológicos Larrouse, (2016). Siendo en el estrés académico, las causas o factores desencadenantes del estrés los que pertenecen a esta índole.

2.2.2 Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEM	TIPO	ESCALA	VALORES
Estrés académico	<i>Estado de tensión exagerada a la que se llega por un exceso de actividad, de trabajo o de responsabilidad, y que conlleva trastornos físicos y psicológicos en la persona que lo padece</i>	<i>Presencia del estrés (global)</i>	Inventario SISCO de estrés académico - ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo durante el transcurso de este semestre?	1	Cualitativa	Nominal	1: Sí / 2: No
		<i>Intensidad del estrés (global)</i>	- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del (1) al (5), señala tu nivel de preocupación o nerviosismo.	2	Cualitativa	Ordinal	1: Poco / 2 / 3 / 4 / 5: Mucho
		<i>Agentes estresores</i>	- Competencia con los compañeros - Sobrecarga de tareas y trabajos - Personalidad y carácter de los profesores - Evaluaciones de los profesores - Tipo de trabajo que piden los profesores - No entender los temas que se abordan en clase - Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.) - Tiempo limitado para hacer trabajos	3	Cualitativa	Ordinal	1: Nunca / 2: Rara vez / 3: Algunas veces / 4: Casi siempre / 5: Siempre
		<i>Síntomas asociados al estrés</i>	A.- Reacciones físicas	4.1	Cualitativa	Ordinal	1: Nunca / 2: Rara vez / 3: Algunas veces / 4: Casi siempre / 5: Siempre
			- Trastornos del sueño (insomnio o pesadillas)				
			- Fatiga crónica (cansancio permanente)				
			- Dolores de cabeza o migrañas				
			- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea				
		B.- Reacciones psicológicas	4.2	Cualitativa	Ordinal	1: Nunca / 2: Rara vez / 3: Algunas veces / 4: Casi siempre / 5: Siempre	
		- Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
- Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)							
- Ansiedad, angustia o desesperación							
C.- Reacciones comportamentales	4.3	Cualitativa	Ordinal	1: Nunca / 2: Rara vez / 3: Algunas veces / 4: Casi siempre / 5: Siempre			
- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir							
- Aislamiento de los demás							
- Desgano para realizar las labores							
			- Aumento o reducción del consumo de alimentos				

		<p><i>Estrategias para afrontar el estrés</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidad asertiva (defender nuestras ideas o sentimientos sin dañar a otros) - Elaboración de un plan y ejecución de ideas - Elogios a si mismo - Religiosidad (oraciones o asistencia a misa) - Búsqueda de información sobre la situación - Ventilación y confidencia (verbalización de la situación que nos preocupa) 	5	Cualitativa	Ordinal	1: Nunca / 2: Rara vez / 3: Algunas veces / 4: Casi siempre / 5: Siempre
Procrastinación	<p><i>Tendencia a postergar el desarrollo de actividades importantes para realizar otras no relevantes en su lugar, acompañada de un estado de ansiedad</i></p>	<p><i>Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko adaptada por Domínguez, S.A. et al. (2013)).</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes - Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda - Asisto regularmente a clase - Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible - Constantemente intento mejorar mis hábitos de Estudio - Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido - Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio - Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra - Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas 	1	Cualitativa	Ordinal	1: Nunca / 2: Casi nunca / 3: A veces / 4: Casi siempre / 5: Siempre
		<p><i>Postergación de actividades</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto - Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan - Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan. 	2	Cualitativa	Ordinal	1: Nunca / 2: Casi nunca / 3: A veces / 4: Casi siempre / 5: Siempre

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Diseño metodológico

El diseño del estudio fue no experimental (observacional), basado en la observación directa del fenómeno. Se lleva a cabo sin manipular las variables independientes, pues el suceso ya ocurrió antes de la investigación.

El nivel del estudio fue correlacional, pues se evalúa en que dos variables (procrastinación y estrés académico) fueron correlacionadas entre sí, es decir, si el aumento de una variable coincidió con el aumento o disminución de la otra, descriptivo, pues estuvo orientado a describir y analizar las características de un fenómeno de la realidad, tal como se presentó en una situación espacio-temporal dada, Transversal, pues se evaluó a la muestra en un solo momento. Y prospectivo, pues los datos se tomaron después de haberse planificado el estudio.

El enfoque del estudio fue cuantitativo, pues emplea variables mensurables.

3.2 Diseño muestral

3.2.1 Población

Estuvo conformada por los 80 estudiantes matriculados en el IV ciclo de la Facultad de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, durante el ciclo académico 2019-II.

3.2.2 Muestra

Estuvo conformada por los estudiantes que presentaron su consentimiento informado y cumplieron los criterios de inclusión. La técnica de muestreo fue no probabilística.

El tamaño mínimo muestral se calculó mediante la siguiente fórmula:

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

Dónde:

n:	Tamaño de la muestra	p:	0,5
d:	Margen de error:		0,05
N:	Tamaño de la población:	70.	q: 0,5
Z:	Nivel de confianza:		1,96

Aplicando la fórmula se tiene que: $n = 59,34$. Por tanto, el tamaño mínimo muestral fue de 60 alumnos. Para el estudio, la muestra final estuvo conformada por 61 alumnos.

3.2.3 Criterios de selección de la muestra

- ***Criterios de inclusión***

Estar matriculado y estar cursando el IV ciclo de la FO-USMP, Lima-Perú, en el periodo académico 2019-II.

- ***Criterios de exclusión***

- Recibir tratamiento o medicación psicológica.
- Instrumento de recolección de datos incorrectamente llenado.

3.3 Técnicas de recolección de datos

La información se recaudó utilizando como instrumentos dos encuestas, cuyos formatos se encuentran adjuntos (Anexo 2). Estos instrumentos de recolección de datos incluyen:

Inventario SISCO del Estrés Académico. Creado por Arturo Barraza Macías. Es un cuestionario que cuenta con cinco ítems:

El primero se propone como objetivo determinar a la población de estudiantes que pudieran encontrarse de alguna manera estresados, los cuales responderán el cuestionario.

En la segunda pregunta se podrá definir qué cantidad de estrés es autopercebido por los estudiantes.

Siendo en la tercera que implica el conocimiento que puedan tener referente a los agentes estresores; la cuarta conocer que sintomatología podría estar presentes; la quinta consiente el entendimiento de las estrategias con las que cuentan los estudiantes para hacer frente. Las preguntas 3, 4 y 5 corresponden a una escala de tipo Likert (Barraza, A. (2007)).

El profesor que creo el inventario SISCO, verifico la eficacia y nivel de confianza del instrumento, determinando las características psicométricas : a) Una confiabilidad por mitades de 0.83 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de 0.90; b) una organización tridimensional garantizada por intermedio de un estudio factorial, en resultados concuerda con la prueba conceptual creada para esta investigación del estrés académico desde una perspectiva sistémico-cognoscitivista y; c) Se estableció a través del análisis de consistencia interna y de grupos contrastados Barraza, A 2007, en los ítems una uniformidad y direccionalidad única.

La confiabilidad del instrumento ha sido confirmada en los estudios de Gil, L. & Botello, V. (2018), Cerna, R.P. (2018), Mayorga, E. (2018), Mamani SE (2017), Ancajima, L.P. (2017), Jabel, M.G. (2017), Gonzáles, E. (2016), Jiménez, M. (2013), Malo et al. (2010) y Jaimes, R. (2008).

En la presente investigación al instrumento seleccionado (SISCO) se administró una muestra piloto de 15 estudiantes, consiguiendo una adecuada confiabilidad (Alfa de Cronbach: 0,853).

Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko, adaptada por Domínguez, S.A. et al. (2014)). La versión original de Busko fue traducida inicialmente al español por Álvarez (2010), y tenía 16 ítems; posteriormente Domínguez, S.A et al. (2013) presentaron una versión en la que se eliminaron cuatro ítems por no presentar valores adecuados en el índice de homogeneidad. De este modo, la Escala de Procrastinación Académica (EPA) adaptada por Domínguez, S. et al. (2013)) considera 12 ítems divididos en dos subescalas: 1) Autorregulación académica (9 ítems); 2) Postergación de actividades (3 ítems). En ambos casos se puede tener una evaluación global de cada dimensión.

Cada ítem es evaluado a través de una escala Likert de cinco puntos. Las opciones de respuestas son: “nunca”, “pocas veces”, “a veces”, “casi siempre”, “siempre”. El puntaje para cada dimensión equivale a la suma aritmética de los puntajes de cada ítem. La interpretación de los puntajes es directa; de este modo, el mayor puntaje obtenidos en la prueba, indicarán una conducta más elevada de procrastinación Mamani, S.E., (2017), Domínguez, S.A. et al. (2014).

Domínguez, et al. (2014) – autores de la versión adaptada que se aplicará en el presente estudio - encontraron que el instrumento presenta una estructura bifactorial, con un adecuado nivel de confiabilidad (Alfa de Cronbach: 0,816 para la escala total, 0,821 para el factor “Autorregulación académica”, y 0,752 para el factor “Postergación de actividades”).

La confiabilidad del instrumento de Busko ha sido confirmada en los estudios de Gil, L. & Botello, V. (2018), Barraza, A. & Barraza, S. (2018), Duda, M. B. (2018), Morales, M. D. (2018), Moreta, R. & Durán, T. (2018), Mamani S. E. (2017), Durán, C. T. (2017), Domínguez, S. A. (2016), y Pardo, et al. (2014).

Para el presente estudio se aplicó el instrumento a una muestra piloto de 15 estudiantes, obteniéndose una adecuada confiabilidad (Alfa de Cronbach: 0,702).

3.4 Técnicas de procesamiento de la información

Los datos obtenidos se registraron inicialmente en una base de datos de Microsoft Excel. Seguidamente se realizó el análisis descriptivo de cada variable mediante tablas de distribución de frecuencias. Para evaluar la relación entre las variables se empleó el análisis de correlación no paramétrico de Spearman con un nivel de significancia de 5%. El procesamiento de datos se realizó mediante el Programa SPSS para Windows.

3.5 Aspectos éticos

- En la presente investigación no se vio afectada la salud física y mental de los participantes.
- Se contó con la aprobación del ICED-USMP y de la FO-USMP, Lima Perú.
- Fue utilizado el consentimiento informado de los participantes según el modelo aceptado y revisado por el comité de ética de la FO-USMP (Anexo 2).
- Toda información obtenida de la presente investigación es de carácter reservado.

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

4.1 Estadísticos descriptivos

En la presente investigación se obtuvieron los resultados estadísticos mediante una muestra que se fue formada por 61 estudiantes, siendo 39 del sexo femenino y 22 del sexo masculino (63,9% y 36,1% respectivamente). Mostrando un promedio de la edad de 20,39 años (SD: 3,04).

Del conjunto total de la muestra, 58 alumnos indicaron que en algún momento han sentido inquietud, preocupación y/ o nerviosismo en el desarrollo del ciclo académico (95,1%). En la tabla 1, es evidente que el nivel de escalas son 1 al 5, la intensidad del estrés obtuvo un promedio 3,34 (nivel medio), la mediana fue 3,5. Resultaron los estresores de mayor frecuencia: “sobrecarga de tareas y trabajos”, “evaluaciones de los profesores” además “tiempo limitado de trabajos” (medias de 3,67, 3,38 3,36 y las medianas de 3,5, 3, 3 respectivamente). Ante el estrés se observaron las manifestaciones físicas más recurrentes: “somnolencia o mayor necesidad de dormir” también “fatiga crónica” (medias 3,36 3,12 y la mediana 3 y 3 respectivamente); se determinaron a las manifestaciones psicológicas más usuales: “ansiedad, angustia o desesperación”, “problemas de concentración”, e “inquietud” (medias de 3,03, 2,90 2,83, medianas 3, 3 y 3 respectivamente); las manifestaciones del comportamiento de mayor

frecuencia: “aumento o reducción en el consumo de alimentos” y “desgano para realizar las labores” (medias de 2,91 2,66 medianas de 3 y 3 respectivamente). Fueron las siguientes estrategias para afrontar el estrés que utilizaron los estudiantes: “habilidad asertiva” y “elaboración de un plan y ejecución de ideas” (medias de 3,24, 3,17 medianas de 3 y 3 respectivamente).

Tabla 1.

Estrés académico en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP. Lima – Perú, 2019.

ESTRÉS ACADÉMICO	Media	Mediana	SD
INTENSIDAD DEL ESTRÉS	3,34	3,5	0,95
FRECUENCIA DEL ESTRÉS: DIMENSIÓN ESTRESORES			
- Competencia con los compañeros	2,47	3	1,05
- Sobrecarga de tareas y trabajos	3,67	3,5	0,93
- Personalidad y carácter de los profesores	2,88	3	1,01
- Evaluaciones de los profesores	3,38	3	0,95
- Tipo de trabajo que piden los profesores	3,07	3	1,07
- No entender los temas que se abordan en clase	2,81	3	1,07
- Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	2,76	3	1,06
- Tiempo limitado para hacer trabajos	3,36	3	1,07
- EVALUACIÓN DE LA DIMENSIÓN ESTRESORES (global)	3,41	3	2,68
FRECUENCIA DEL ESTRÉS: DIMENSIÓN SÍNTOMAS			
1.- Reacciones físicas			
- Trastornos del sueño (insomnio o pesadillas)	2,52	2	1,21
- Fatiga crónica (cansancio permanente)	3,12	3	1,04
- Dolores de cabeza o migrañas	2,78	3	1,08
- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	2,14	2	1,10
- Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	2,71	2,5	1,41
- Somnolencia o mayor necesidad de dormir	3,36	3	1,07
- EVALUACIÓN DE LA DIMENSIÓN SÍNTOMAS (Reacciones físicas)	2,77	2,8	0,73
2.- Reacciones psicológicas			
- Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	2,83	3	0,90
- Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	2,76	3	0,94
- Ansiedad, angustia o desesperación	3,03	3	1,09
- Problemas de concentración	2,90	3	0,95
- Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad	2,59	3	1,16
- EVALUACIÓN DE LA DIMENSIÓN SÍNTOMAS (Reacciones psicológicas)	2,81	2,8	0,74

ESTRÉS ACADÉMICO	Media	Mediana	SD
3.- Reacciones comportamentales			
- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	2,28	2	0,85
- Aislamiento de los demás	2,07	2	0,97
- Desgano para realizar las labores	2,66	3	1,02
- Aumento o reducción del consumo de alimentos	2,91	3	1,08
- EVALUACIÓN DE LA DIMENSIÓN SÍNTOMAS (Reacciones comportamentales)	2,50	2,5	0,71
FRECUENCIA DEL ESTRÉS: DIMENSIÓN ESTRATEGIAS			
- Habilidad asertiva (defender nuestras ideas o sentimientos sin dañar a otros)	3,24	3	0,98
- Elaboración de un plan y ejecución de ideas	3,17	3	0,88
- Elogios a si mismo	2,02	3	1,05
- Religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	2,62	3	1,25
- Búsqueda de información sobre la situación	3,05	3	0,78
- Ventilación y confidencia (verbalización de la situación que nos preocupa)	3,03	3	0,99
EVALUACIÓN DE LA DIMENSIÓN ESTRATEGIAS (global)	3,03	3,1	0,66

Tabla 2.

Estrés académico en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP. Lima – Perú, 2019.

ESTRÉS ACADÉMICO										
INTENSIDAD DEL ESTRÉS	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
	1	1.7%	3	5.2%	25	43.1%	16	27.6%	13	22.4%
FRECUENCIA DEL ESTRÉS: DIMENSIÓN ESTRESORES	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
- Competencia con los compañeros	12	20.7%	16	27.6%	24	41.4%	3	5.2%	3	5.2%
- Sobrecarga de tareas y trabajos	0	0.00%	4	6.9%	25	43.1%	15	25.9%	14	24.1%
- Personalidad y carácter de los profesores	3	5.2%	21	36.2%	17	29.3%	14	24.1%	3	5.2%
- Evaluaciones de los profesores	0	0.00%	11	19.0%	22	37.9%	17	29.3%	8	13.8%
- Tipo de trabajo que piden los profesores	3	5.2%	14	24.1%	25	43.1%	8	13.8%	8	13.8%
- No entender los temas que se abordan en clase	5	8.6%	20	34.5%	18	31.0%	11	19.0%	4	6.9%
- Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	6	10.3%	18	31.0%	23	39.7%	6	10.3%	5	8.6%
- Tiempo limitado para hacer trabajos	2	3.4%	9	15.5%	24	41.4%	12	20.7%	11	19.0%
TOTAL	31	6.7%	113	24.4%	178	38.4%	86	18.5%	56	12.1%
FRECUENCIA DEL ESTRÉS: DIMENSIÓN SINTOMAS										
1.- Reacciones físicas	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
- Trastornos del sueño (insomnio o pesadillas)	13	22.4%	20	34.5%	11	19.0%	10	17.2%	4	6.9%
- Fatiga crónica (cansancio permanente)	4	6.9%	12	20.7%	19	32.8%	19	32.8%	4	6.9%
- Dolores de cabeza o migrañas	5	8.6%	21	36.2%	19	32.8%	8	13.8%	5	8.6%
- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	19	32.8%	21	36.2%	12	20.7%	3	5.2%	3	5.2%
- Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	15	25.9%	14	24.1%	11	19.0%	9	15.5%	9	15.5%
- Somnolencia o mayor necesidad de dormir	3	5.2%	8	13.8%	21	36.2%	17	29.3%	9	15.5%
TOTAL	59	17.0%	96	27.6%	93	26.7%	66	19.0%	34	9.8%

2.- Reacciones psicológicas	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
- Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	2	3.4%	20	34.5%	25	43.1%	8	13.8%	3	5.2%
- Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	5	8.6%	16	27.6%	28	48.3%	6	10.3%	3	5.2%
- Ansiedad, angustia o desesperación	5	8.6%	13	22.4%	20	34.5%	15	25.9%	5	8.6%
- Problemas de concentración	4	6.9%	14	24.1%	27	46.6%	10	17.2%	3	5.2%
- Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad	12	20.7%	15	25.9%	20	34.5%	7	12.1%	4	6.9%
TOTAL	28	9.7%	78	26.9%	120	41.4%	46	15.9%	18	6.2%
3.- Reacciones comportamentales	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	12	20.7%	21	36.2%	22	37.9%	3	5.2%	0	0.00%
- Aislamiento de los demás	20	34.5%	18	31.0%	17	29.3%	2	3.4%	1	1.7%
- Desgano para realizar las labores	6	10.3%	21	36.2%	22	37.9%	5	8.6%	4	6.9%
- Aumento o reducción del consumo de alimentos	6	10.3%	13	22.4%	24	41.4%	10	17.2%	5	8.6%
TOTAL	44	19.0%	73	31.5%	85	36.6%	20	8.6%	10	4.3%
FRECUENCIA DEL ESTRÉS: DIMENSIÓN ESTRATEGIAS	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
- Habilidad asertiva (defender nuestras ideas o sentimientos sin dañar a otros)	2	3.4%	11	19.0%	21	36.2%	19	32.8%	5	8.6%
- Elaboración de un plan y ejecución de ideas	1	1.7%	12	20.7%	24	41.4%	18	31.0%	3	5.2%
- Elogios a si mismo	5	8.6%	12	20.7%	22	37.9%	15	25.9%	4	6.9%
- Religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	15	25.9%	10	17.2%	20	34.5%	8	13.8%	5	8.6%
- Búsqueda de información sobre la situación	3	5.2%	5	8.6%	38	65.5%	10	17.2%	2	3.4%
- Ventilación y confidencia (verbalización de la situación que nos preocupa)	6	10.3%	6	10.3%	29	50.0%	14	24.1%	3	5.2%
TOTAL	32	9.2%	56	16.1%	154	44.3%	84	24.1%	22	6.3%

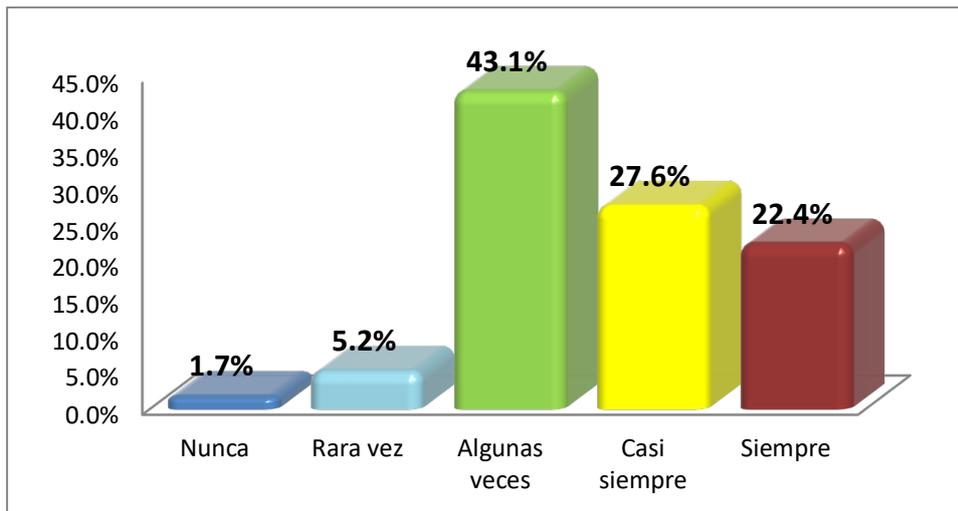


Gráfico 1. Intensidad del estrés académico en alumnos del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

El nivel algunas veces es preponderante en referencia a la intensidad del estrés académico que perciben los estudiantes, siendo el nivel casi siempre y siempre en la sumatoria de ambos el mayor porcentaje, llegando a más del 50 % de los estudiantes.

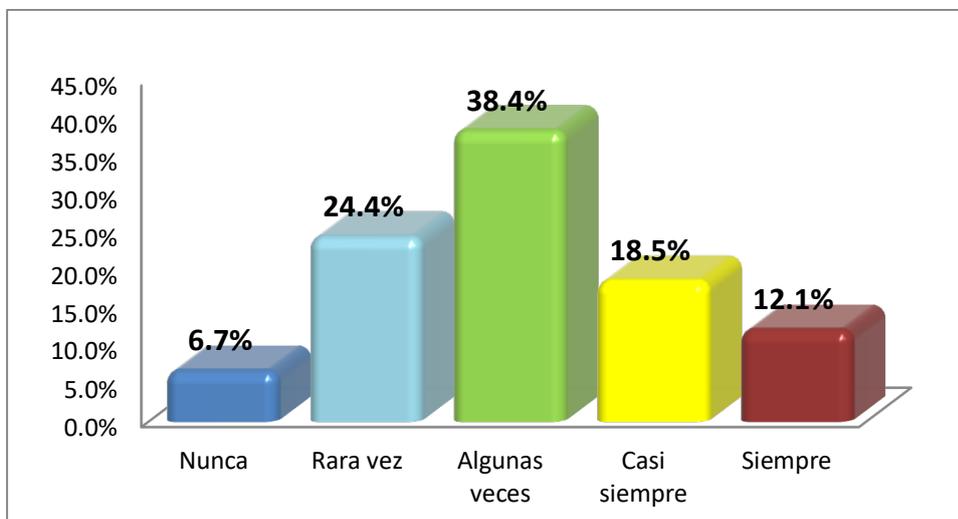


Gráfico 2. Agentes Estresores en alumnos del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Existe un predominio del nivel algunas veces en relación a los estresores presentes que identifican los estudiantes, siendo el nivel casi siempre y algunas veces en la sumatoria de ambos el mayor porcentaje, llegando a más del 56,9 % de los estudiantes.

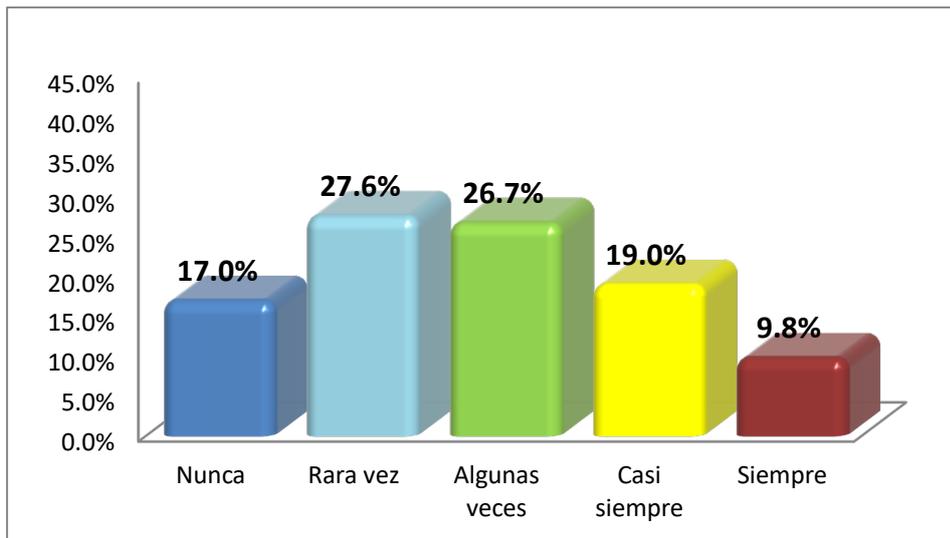


Gráfico 3. Reacciones físicas del estrés en alumnos del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Se identifica en los niveles rara vez, nunca y algunas veces un mayor porcentaje en la sumatoria de ellos respectivamente en relación a las reacciones físicas que presentaron los estudiantes.

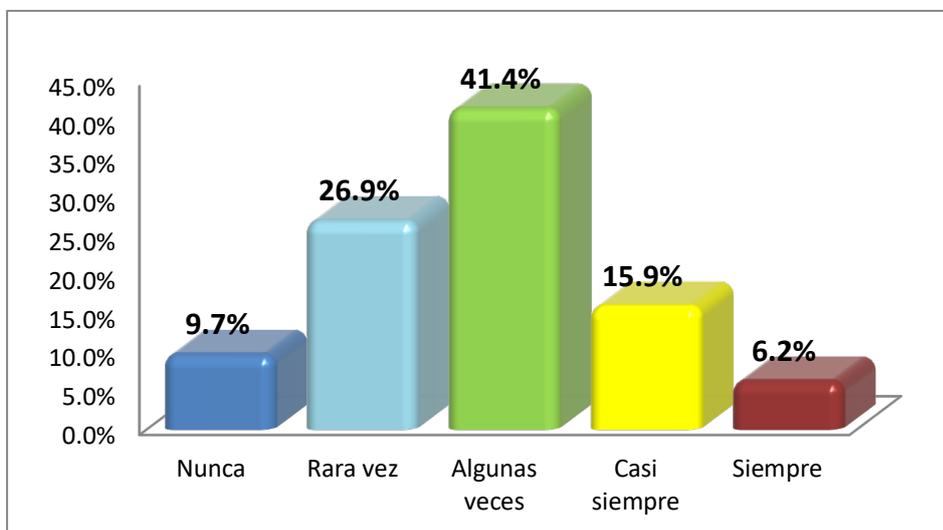


Gráfico 4. Reacciones Psicológicas del estrés en alumnos del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Se observa que el nivel de mayor porcentaje fue el de algunas veces respecto a las reacciones psicológicas percibidas en los estudiantes.

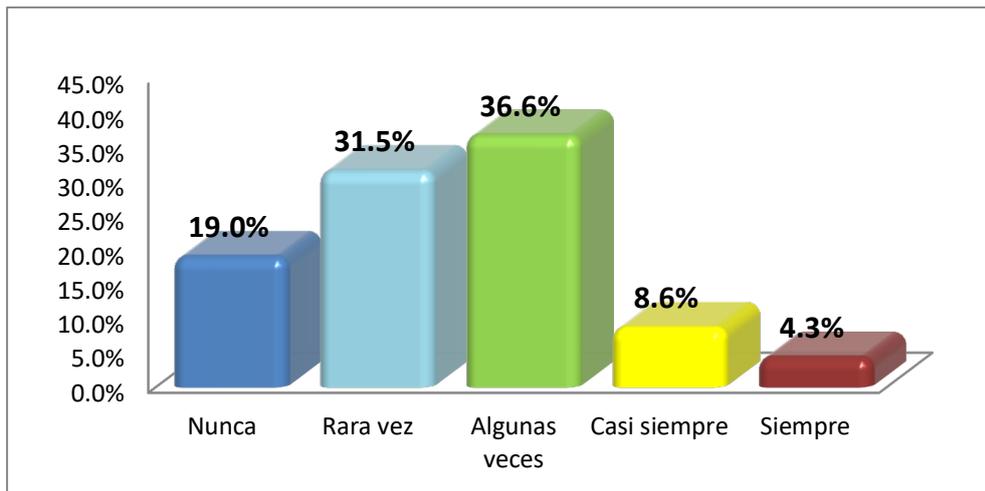


Gráfico 5. Reacciones comportamentales del estrés en alumnos del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

El nivel de algunas veces fue el que predominó en las reacciones comportamentales del estrés de los estudiantes y en la sumatoria los niveles nunca y rara vez fueron los que obtuvieron el mayor porcentaje.

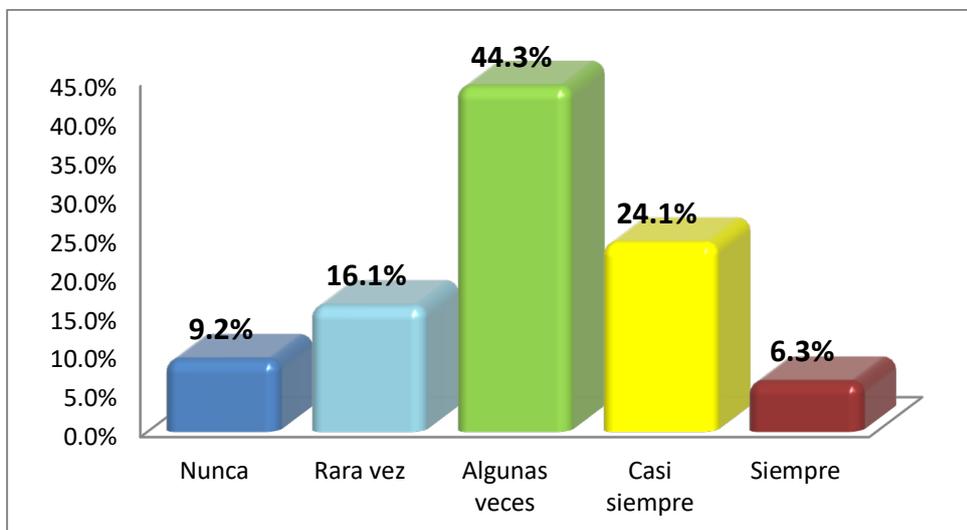


Gráfico 6. Estrategias de afrontamiento del estrés en alumnos del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

La mayoría de estudiantes estuvieron en el nivel de algunas veces al ser consultados por la aplicación de estrategias de afrontamiento del estrés.

En la tabla 3, se observa que en la escala de 1 a 5, la autorregulación y la postergación académica tuvieron valores promedio de 3,5 y 2,99 respectivamente (niveles medio en ambos casos, a nivel global), la mediana 3,35 y 3 respectivamente. Los indicadores más frecuentes de autorregulación académica fueron “Asisto regularmente a clases” y “Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio” (medias de 4,62, 3,74 y medianas de 5 y 4 respectivamente). El indicador más frecuente de postergación académica fue: “Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto” (media de 3,14 y mediana 3).

Tabla 3.

Procrastinación académica en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP. Lima – Perú, 2019.

PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA	Media	Mediana	SD
AUTORREGULACIÓN ACADÉMICA			
- Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes	2,78	3	0,96
- Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda	3,38	3	1,06
- Asisto regularmente a clases	4,62	5	0,70
- Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible	3,51	3,5	0,94
- Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio	3,66	4	0,89
- Invierto el tiempo necesario para estudiar aun cuando el tema sea aburrido	3,09	3	0,84
- Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio	3,74	4	0,91
- Trato de terminar mis trabajos con tiempo de sobra	3,19	3	0,93
- Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas	3,64	4	1,10
- EVALUACIÓN DE LA AUTORREGULACIÓN ACADÉMICA (global)	3,50	3,35	0,58
POSTERGACIÓN ACADÉMICA			
- Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto	3,14	3	0,87
- Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan	2,88	3	1,03
- Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan	2,98	3	1,07
- EVALUACIÓN DE LA DIMENSIÓN POSTERGACIÓN ACADÉMICA (global)	2,99	3	0,79

Tabla 4.*Procrastinación académica en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP. Lima – Perú, 2019.*

PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA										
AUTORREGULACIÓN ACADÉMICA	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
- Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes	1	1.7%	11	19.0%	29	50.0%	13	22.4%	4	6.9%
- Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda	4	6.9%	20	34.5%	21	36.2%	11	19.0%	2	3.4%
- Asisto regularmente a clases	3	5.2%	6	10.3%	25	43.1%	14	24.1%	10	17.2%
- Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible	1	1.7%	0	0.0%	1	1.7%	16	27.6%	40	69.0%
- Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio	1	1.7%	6	10.3%	22	37.9%	20	34.5%	9	15.5%
- Invierto el tiempo necesario para estudiar aun cuando el tema sea aburrido	5	8.6%	17	29.3%	18	31.0%	16	27.6%	2	3.4%
- Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio	5	8.6%	14	24.1%	20	34.5%	15	25.9%	4	6.9%
- Trato de terminar mis trabajos con tiempo de sobra	0	0.0%	5	8.6%	21	36.2%	21	36.2%	11	19.0%
- Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas	1	1.7%	12	20.7%	29	50.0%	13	22.4%	3	5.2%
TOTAL	21	4.0%	91	17.4%	186	35.6%	139	26.6%	85	16.3%
POSTERGACIÓN ACADÉMICA	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
- Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto	1	1.7%	3	5.2%	18	31.0%	24	41.4%	12	20.7%
- Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan	0	0.0%	13	22.4%	28	48.3%	10	17.2%	7	12.1%
- Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan	2	3.4%	6	10.3%	19	32.8%	15	25.9%	16	27.6%
TOTAL	3	1.7%	22	12.6%	65	37.4%	49	28.2%	35	20.1%

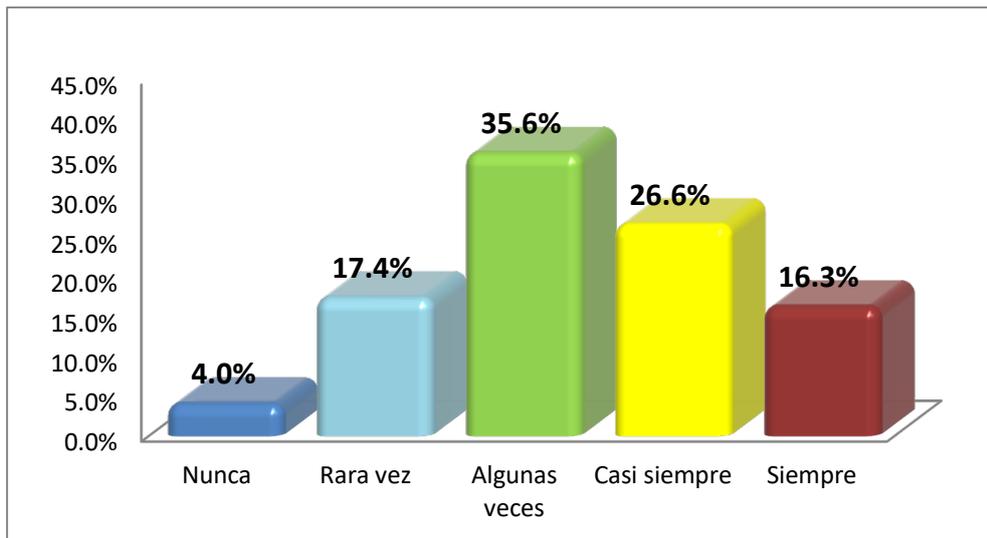


Gráfico 7. Autorregulación académica en alumnos del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Se identificó que el nivel algunas veces fue el que predominó con respecto a la autorregulación académica, siendo en la mayoría los niveles casi siempre y siempre los que marcaron el mayor porcentaje.

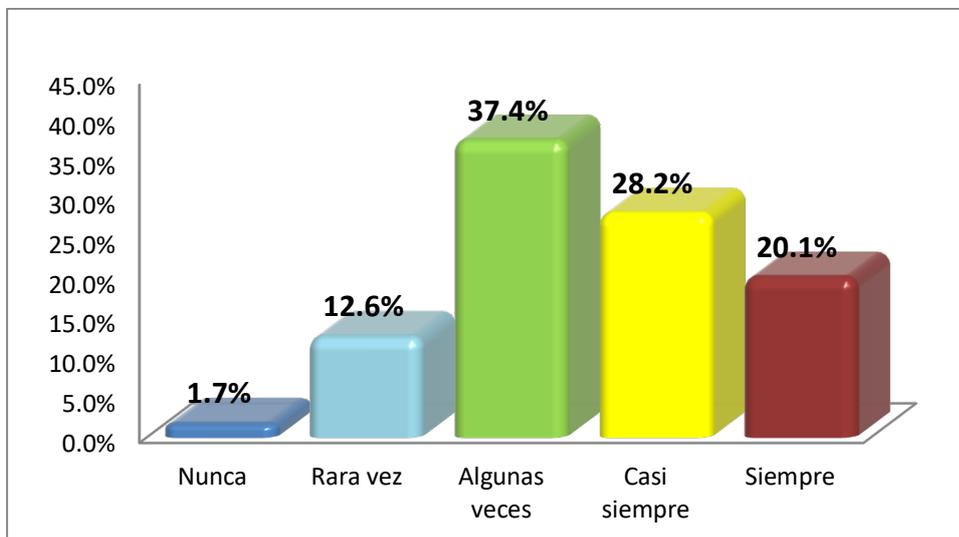


Gráfico 8. Postergación académica en alumnos del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

El nivel que tuvo un mayor porcentaje respecto a la postergación académica fue algunas veces, siendo en sumatoria los niveles casi siempre y siempre obteniendo un total del 85.7 % del total de los estudiantes.

4.2 Contratación de hipótesis

Hipótesis específica 1

Existe relación significativa entre la intensidad del estrés y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Según el estadístico coeficiente de correlación no paramétrico de Spearman.

Tabla 5.

Relación entre la intensidad del estrés y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Correlaciones				
			INTENSIDAD DEL ESTRÉS	Autorregulación académica
Rho de Spearman	INTENSIDAD DEL ESTRÉS	Coefficiente de correlación	1,000	,093
		Sig. (bilateral)	.	,489
		N	58	58
Autorregulación académica		Coefficiente de correlación	,093	1,000
		Sig. (bilateral)	,489	.
		N	58	58

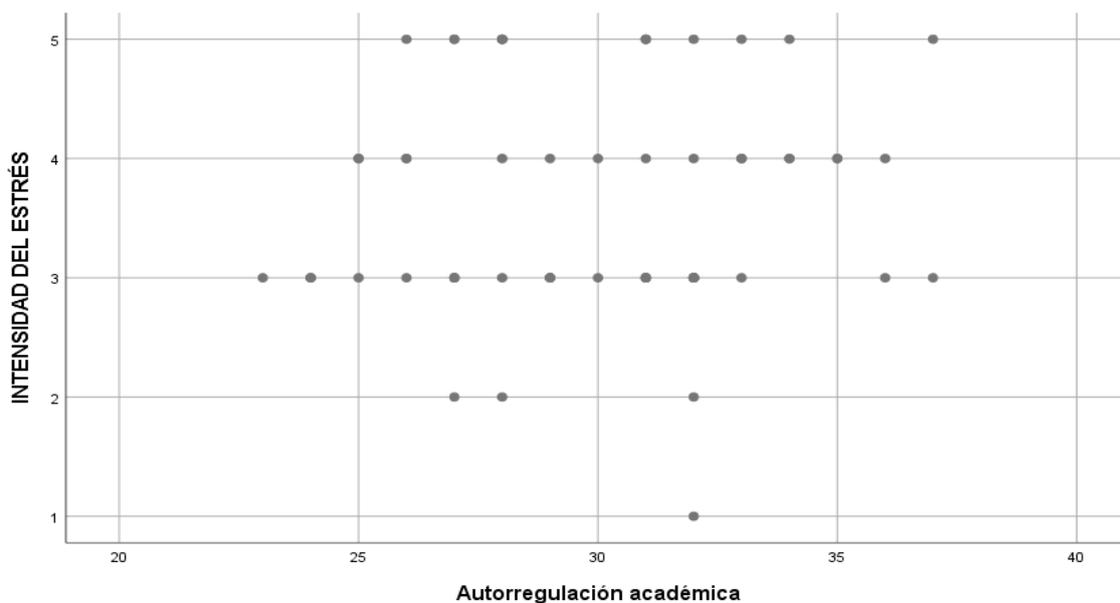


Gráfico 9. Relación entre la intensidad del estrés y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Considerando:

Si: $p < 0,05$, entonces H_0 se rechaza

Hipótesis

H_0 : No existe relación entre la intensidad del estrés y la autorregulación académica.

H_a : Existe relación entre la intensidad del estrés y la autorregulación académica.

$P = 0,489 > 0,05$

Decisión:

Se acepta la H_0

Conclusión estadística:

No existe relación significativa entre la intensidad del estrés y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP, Lima Perú, en el periodo académico de 2019-II.

Hipótesis específica 2

Existe relación significativa entre la intensidad del estrés y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima Perú, en el periodo académico de 2019-II.

Según el estadístico coeficiente de correlación no paramétrico de Spearman.

Tabla 6.

Relación entre la intensidad del estrés y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima Perú, en el periodo académico de 2019-II.

Correlaciones				
			INTENSIDAD DEL ESTRÉS	Postergación de actividades
Rho de Spearman	INTENSIDAD	Coeficiente de correlación	1,000	-,038
	DEL ESTRÉS	Sig. (bilateral)	.	,776
		N	58	58
	Postergación de actividades	Coeficiente de correlación	-,038	1,000
		Sig. (bilateral)	,776	.
		N	58	58

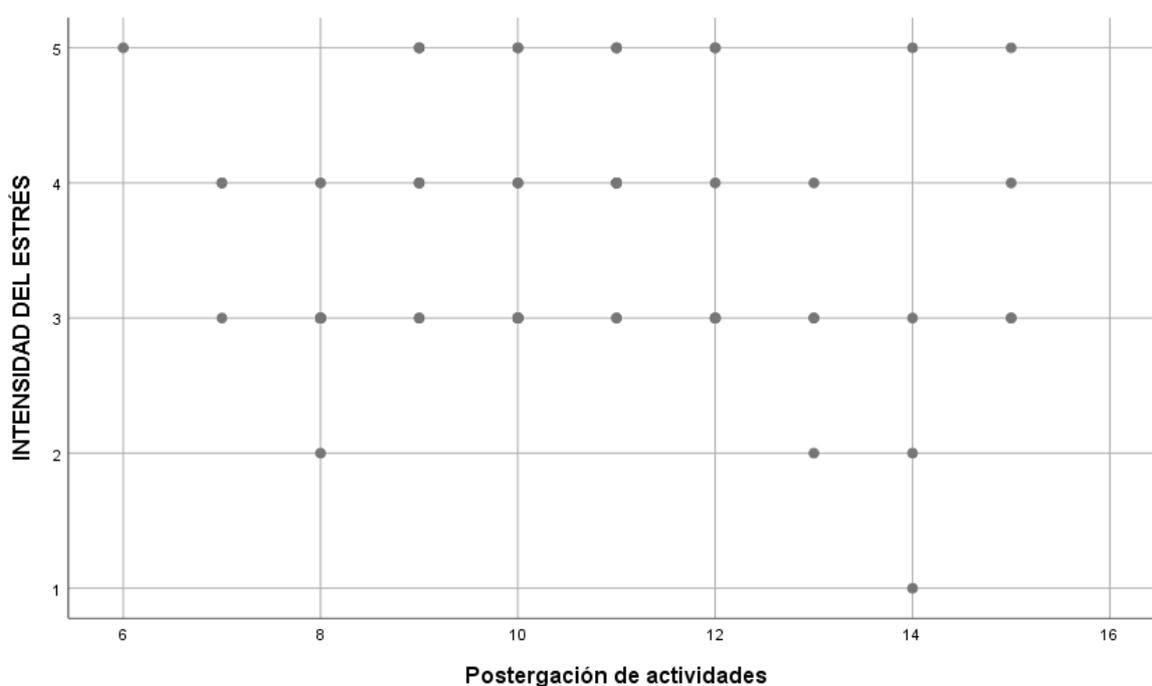


Gráfico 10. Relación entre la intensidad del estrés y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima Perú, en el periodo académico de 2019-II.

Considerando:

Si: $p < 0,05$, entonces H_0 se rechaza

Hipótesis

H_0 : No existe relación entre la intensidad del estrés y la postergación académica.

H_a : Existe relación entre la intensidad del estrés y la postergación académica.

$P = 0,776 > 0,05$

Decisión:

Se acepta la H_0

Conclusión estadística:

No existe relación significativa entre la intensidad del estrés y la postergación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Hipótesis específica 3

Existe relación significativa entre el agente estresor y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO- USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Según el estadístico coeficiente de correlación no paramétrico de Spearman.

Tabla 7.

Relación entre el agente estresor y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Correlaciones			Agentes estresores	Autorregulación académica
Rho de Spearman	Agentes estresores	Coefficiente de correlación	1,000	,013
		Sig. (bilateral)	.	,921
		N	58	58
	Autorregulación académica	Coefficiente de correlación	,013	1,000
		Sig. (bilateral)	,921	.
		N	58	58

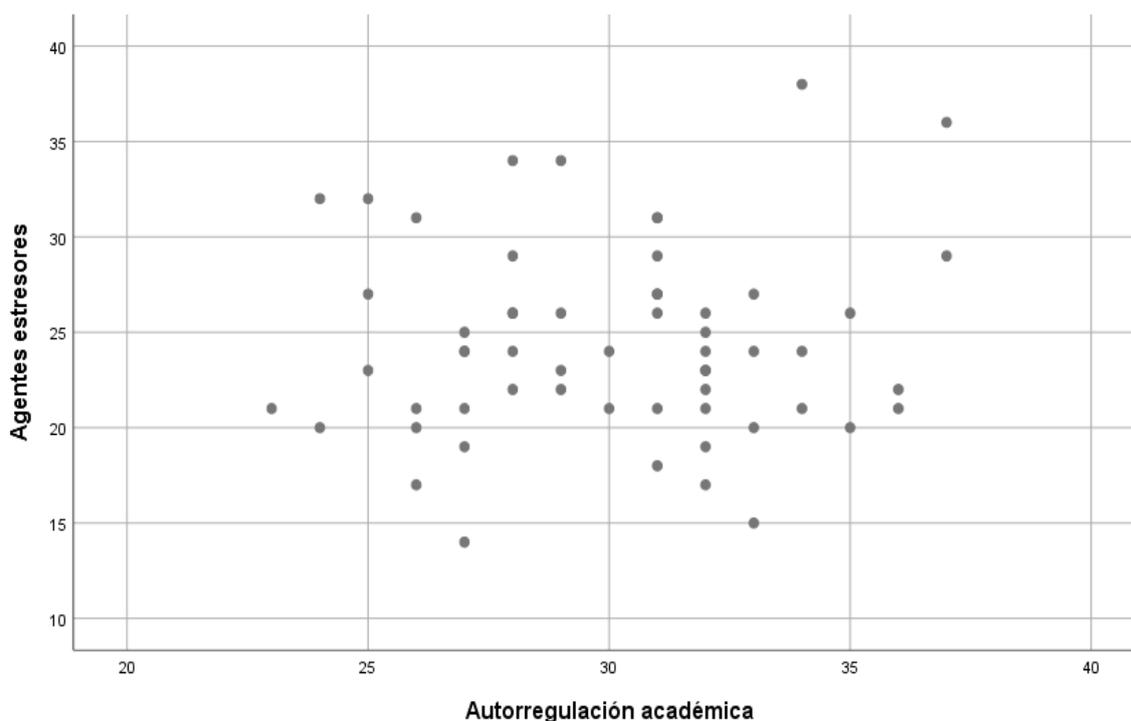


Gráfico 11. Relación entre el agente estresor y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Considerando:

Si: $p < 0,05$, entonces H_0 se rechaza

Hipótesis

H_0 : No existe relación entre el agente estresor y la autorregulación académica.

H_a : Existe relación entre el agente estresor y la autorregulación académica.

$P = 0,921 > 0,05$

Decisión:

Se acepta la H_0

Conclusión estadística:

No existe relación significativa entre el agente estresor y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO- USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Hipótesis específica 4

Existe relación significativa entre el agente estresor y la postergación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO- USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Según el estadístico coeficiente de correlación no paramétrico de Spearman.

Tabla 8.

Relación entre el agente estresor y la postergación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO- USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Correlaciones				
			Agentes estresores	Postergación de actividades
Rho de Spearman	Agentes estresores	Coefficiente de correlación	1,000	-,163
		Sig. (bilateral)	.	,221
		N	58	58
	Postergación de actividades	Coefficiente de correlación	-,163	1,000
		Sig. (bilateral)	,221	.
		N	58	58

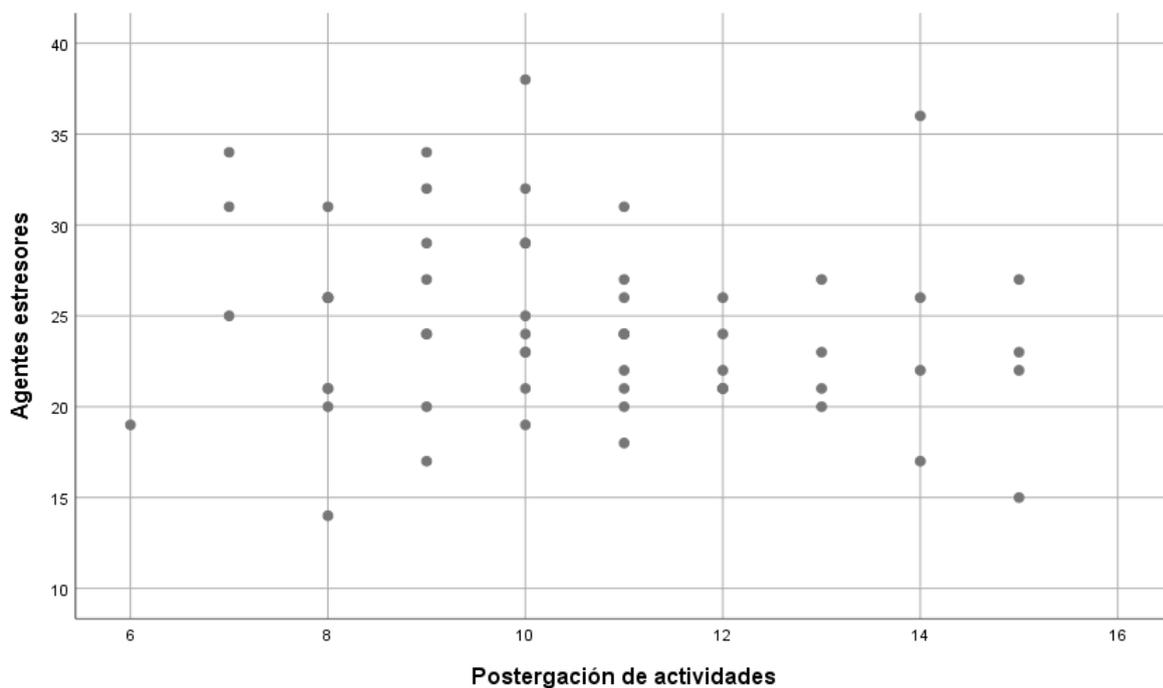


Gráfico 12. Relación entre el agente estresor y la postergación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO- USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Considerando:

Si: $p < 0,05$, entonces H_0 se rechaza

Hipótesis

H_0 : No existe relación entre el agente estresor y la postergación académica.

H_a : Existe relación entre el agente estresor y la postergación académica.

$P = 0,221 > 0,05$

Decisión:

Se acepta la H_0

Conclusión estadística:

No existe relación significativa entre el agente estresor y la postergación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Hipótesis específica 5

Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Según el estadístico coeficiente de correlación no paramétrico de Spearman.

Tabla 9.

Relación entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Correlaciones			Reacciones físicas	Autorregulación académica
Rho de Spearman	Reacciones físicas	Coeficiente de correlación	1,000	,222
		Sig. (bilateral)	.	,093
		N	58	58
Autorregulación académica	Reacciones físicas	Coeficiente de correlación	,222	1,000
		Sig. (bilateral)	,093	.
		N	58	58

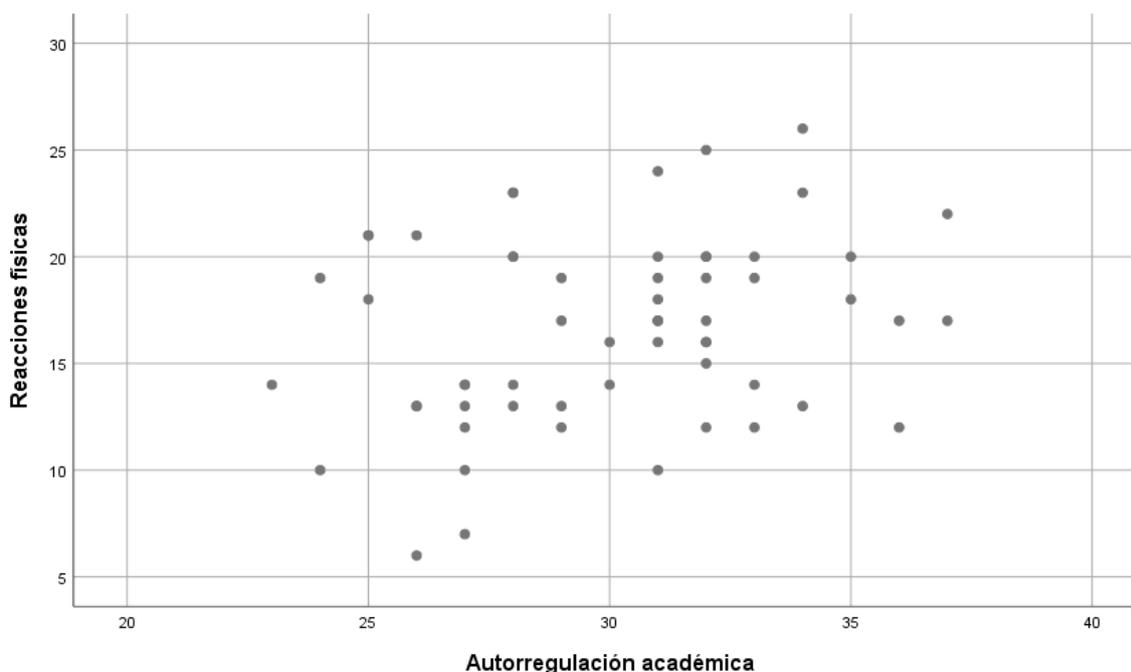


Gráfico 13. Relación entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Considerando:

Si: $p < 0,05$, entonces H_0 se rechaza

Hipótesis

H_0 : No existe relación entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la autorregulación académica.

H_a : Existe relación entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la autorregulación académica.

$P = 0,093 > 0,05$

Decisión:

Se acepta la H_0

Conclusión estadística:

No existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la autorregulación académica en los estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Hipótesis específica 6

Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Según el estadístico coeficiente de correlación no paramétrico de Spearman.

Tabla 10.

Relación entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Correlaciones				
			Reacciones físicas	Postergación de actividades
Rho de Spearman	Reacciones físicas	Coeficiente de correlación	1,000	,093
		Sig. (bilateral)	.	,489
		N	58	58
	Postergación de actividades	Coeficiente de correlación	,093	1,000
		Sig. (bilateral)	,489	.
		N	58	58

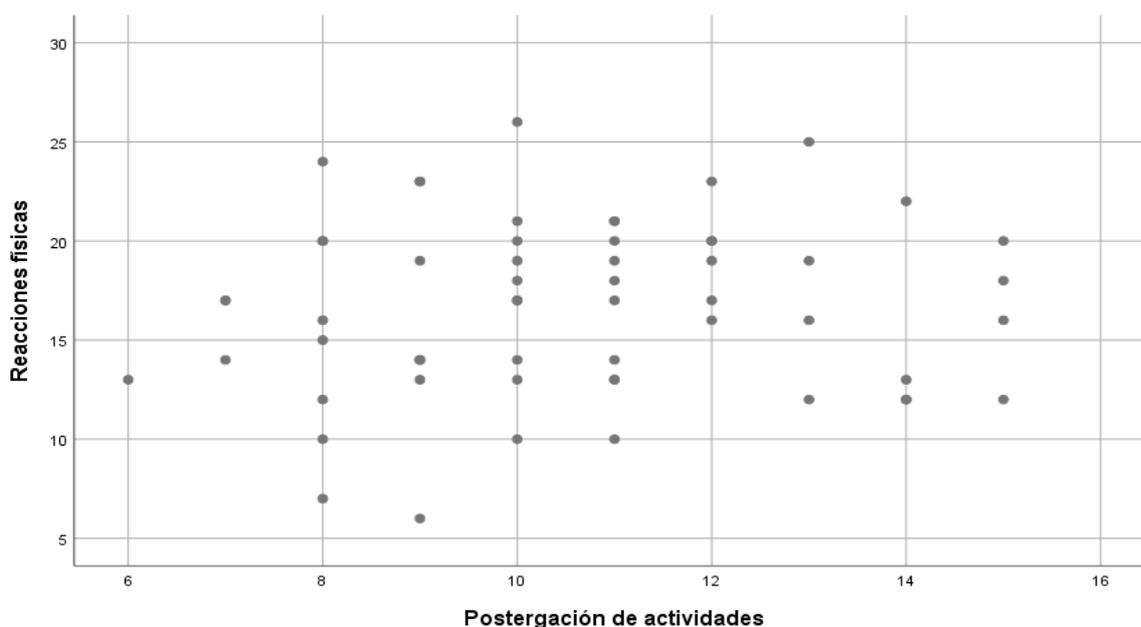


Gráfico 14. Relación entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Considerando:

Si: $p < 0,05$, entonces H_0 se rechaza

Hipótesis

H_0 : No existe relación entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la postergación de actividades.

H_a : Existe relación entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la postergación de actividades.

$P = 0,489 > 0,05$

Decisión:

Se acepta la H_0

Conclusión estadística:

No existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el periodo académico 2019-II.

Hipótesis específica 7

Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Según el estadístico coeficiente de correlación no paramétrico de Spearman.

Tabla 11.

Relación entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la autorregulación académica en los estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Correlaciones				
			Reacciones psicológicas	Autorregulación académica
Rho de Spearman	Reacciones psicológicas	Coefficiente de correlación	1,000	,280*
		Sig. (bilateral)	.	,033
		N	58	58
Autorregulación académica	Autorregulación académica	Coefficiente de correlación	,280*	1,000
		Sig. (bilateral)	,033	.
		N	58	58

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

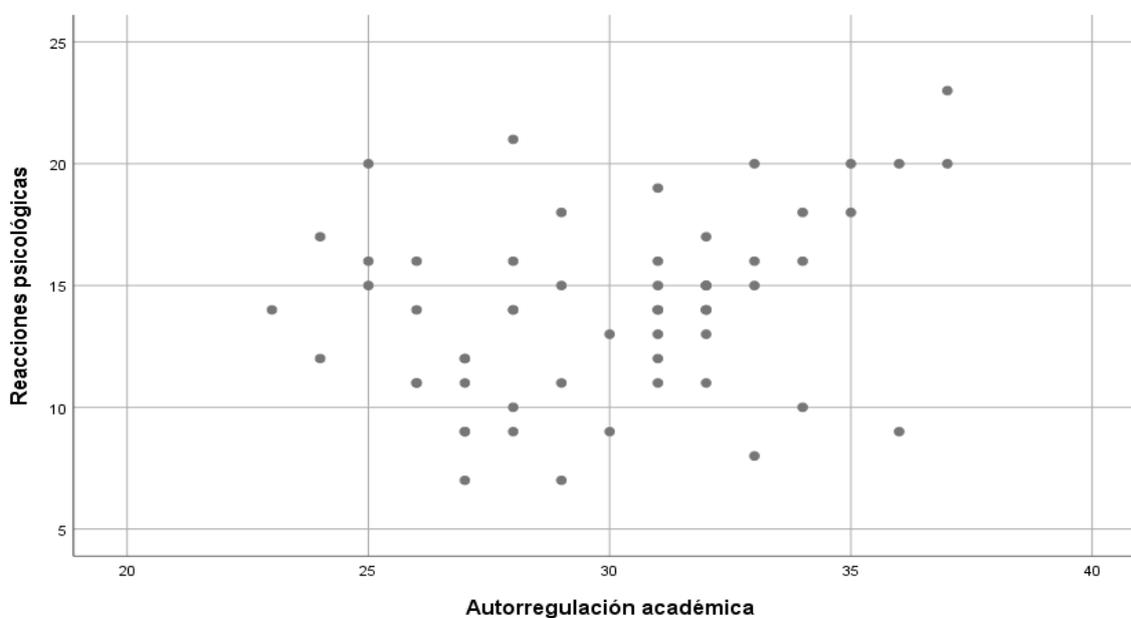


Gráfico 15. Relación entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Considerando:

Si: $p < 0,05$, entonces H_0 se rechaza

Hipótesis

H_0 : No existe relación entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la autorregulación académica.

H_a : Existe relación entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la autorregulación académica.

$P = 0,033 < 0,05$

Decisión:

Se rechaza la H_0

Conclusión estadística:

Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Hipótesis específica 8

Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Según el estadístico coeficiente de correlación no paramétrico de Spearman.

Tabla 12

Relación entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Correlaciones				
			Reacciones psicológicas	Postergación de actividades
Rho de Spearman	Reacciones psicológicas	Coefficiente de correlación	1,000	,065
		Sig. (bilateral)	.	,626
		N	58	58
Postergación de actividades	Postergación de actividades	Coefficiente de correlación	,065	1,000
		Sig. (bilateral)	,626	.
		N	58	58

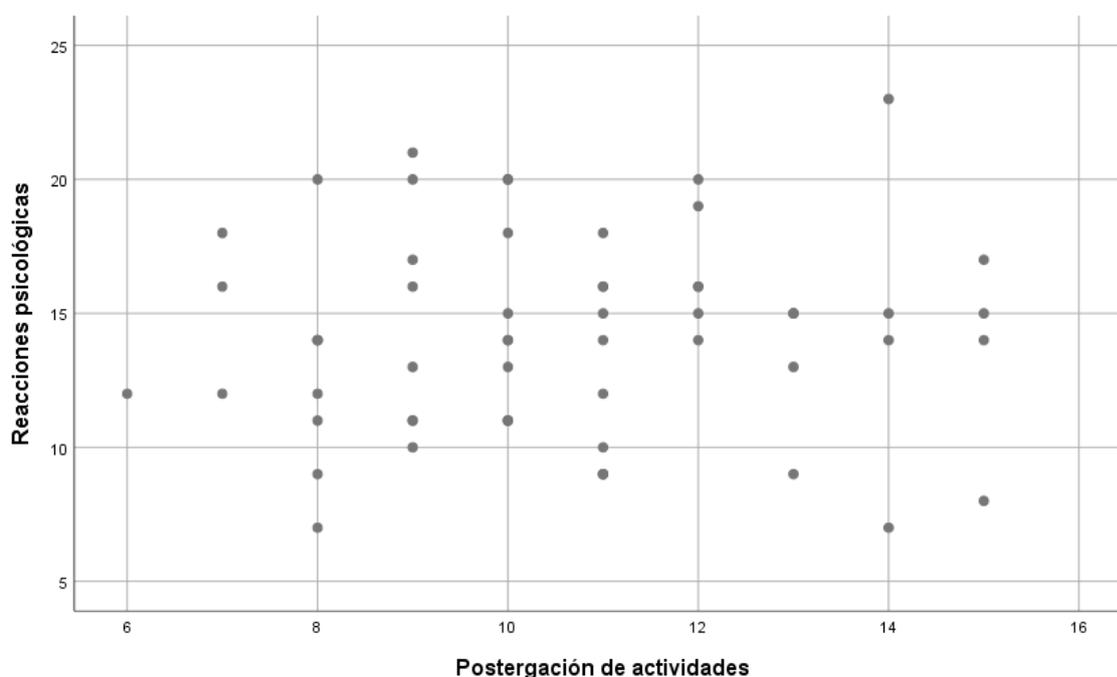


Gráfico 16. Relación entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Considerando:

Si: $p < 0,05$, entonces H_0 se rechaza

Hipótesis

H_0 : No existe relación entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la postergación de actividades.

H_a : Existe relación entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la postergación de actividades.

$P = 0,626 > 0,05$

Decisión:

Se acepta la H_0

Conclusión estadística:

No existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Hipótesis específica 9

Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Según el estadístico coeficiente de correlación no paramétrico de Spearman.

Tabla 13.

Relación entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Correlaciones				
		Reacciones comportamentales		Autorregulación académica
Rho de Spearman	Reacciones comportamentales	Coefficiente de correlación	1,000	,166
		Sig. (bilateral)	.	,213
		N	58	58
	Autorregulación académica	Coefficiente de correlación	,166	1,000
		Sig. (bilateral)	,213	.
		N	58	58

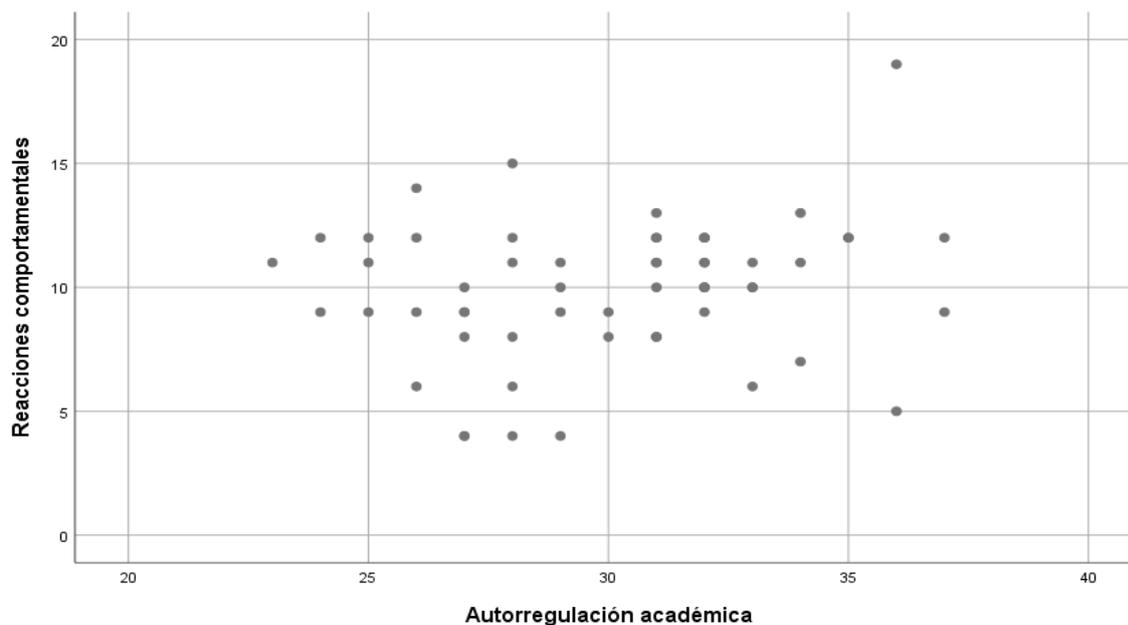


Gráfico 17. Relación entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Considerando:

Si: $p < 0,05$, entonces H_0 se rechaza

Hipótesis

H_0 : No existe relación entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la autorregulación académica.

H_a : Existe relación entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la autorregulación académica.

$P = 0,213 > 0,05$

Decisión:

Se acepta la H_0

Conclusión estadística:

No existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Hipótesis específica 10

Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Según el estadístico coeficiente de correlación no paramétrico de Spearman.

Tabla 14.

Relación entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Correlaciones				
			Reacciones comportamentales	Postergación de actividades
Rho de Spearman	Reacciones comportamentales	Coefficiente de correlación	1,000	,015
		Sig. (bilateral)	.	,911
		N	58	58
	Postergación de actividades	Coefficiente de correlación	,015	1,000
		Sig. (bilateral)	,911	.
		N	58	58

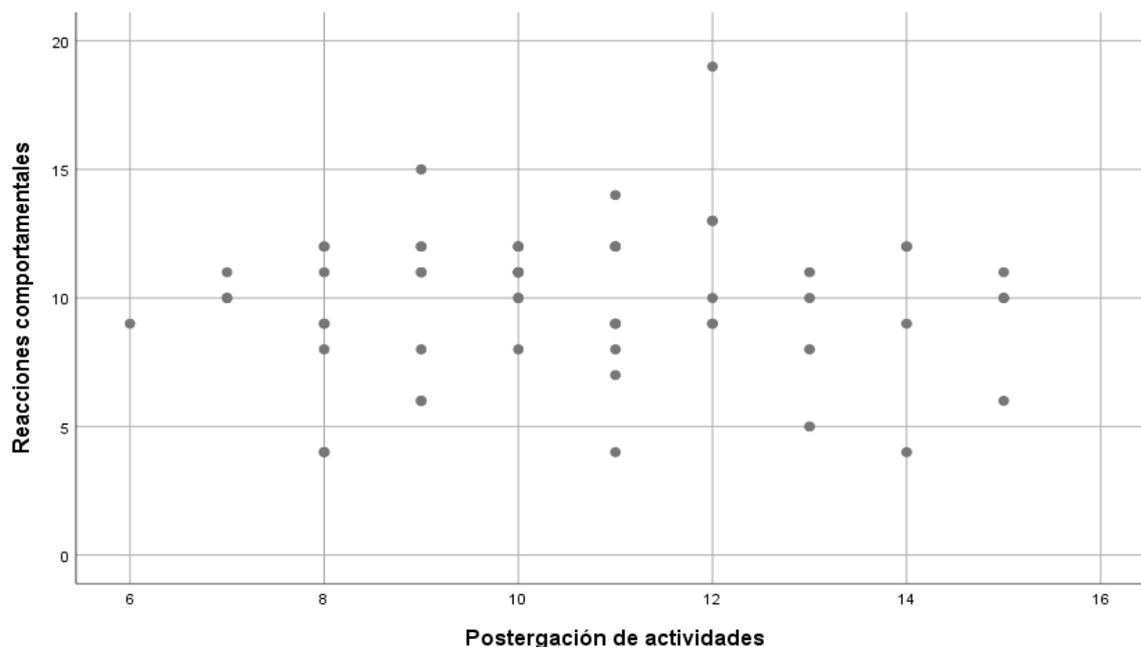


Gráfico 18. Relación entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Considerando:

Si: $p < 0,05$, entonces H_0 se rechaza

Hipótesis

H_0 : No existe relación entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la postergación de actividades.

H_a : Existe relación entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la postergación de actividades.

$P = 0,911 > 0,05$

Decisión:

Se acepta la H_0

Conclusión estadística:

No existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Hipótesis específica 11

Existe relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Según el estadístico coeficiente de correlación no paramétrico de Spearman.

Tabla 15.

Relación entre las estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Correlaciones				
			Estrategias para afrontar el estrés	Autorregulación académica
Rho de Spearman	Estrategias para afrontar el estrés	Coefficiente de correlación	1,000	,289*
		Sig. (bilateral)	.	,028
		N	58	58
	Autorregulación académica	Coefficiente de correlación	,289*	1,000
		Sig. (bilateral)	,028	.
		N	58	58

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

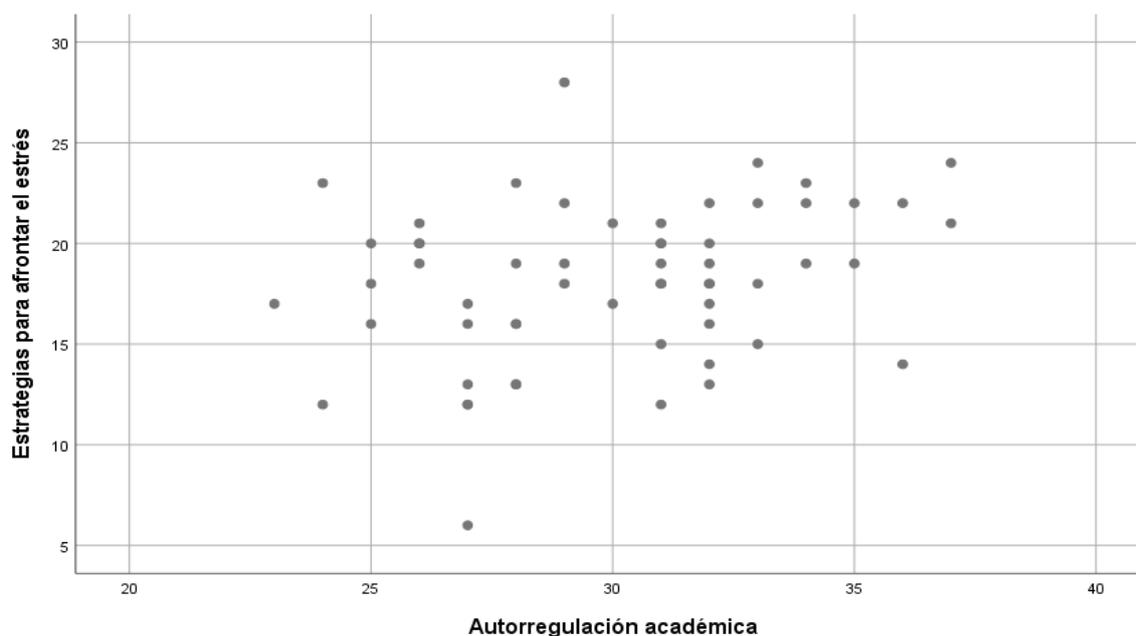


Gráfico 19. Relación entre las estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Considerando:

Si: $p < 0,05$, entonces H_0 se rechaza

Hipótesis

H_0 : No existe relación entre las estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica.

H_a : Existe relación entre las estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica.

$P = 0,028 < 0,05$

Decisión:

Se rechaza la H_0

Conclusión estadística:

Existe relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Se encontró que los alumnos que presentan mayores niveles de autorregulación académica tienden a utilizar en un mayor porcentaje estrategias para hacer frente al estrés.

Hipótesis específica 12

Existe relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.

Según el estadístico coeficiente de correlación no paramétrico de Spearman.

Tabla 16.

Relación entre las estrategias para afrontar el estrés y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Correlaciones				
		Estrategias para afrontar el estrés		Postergación de actividades
Rho de Spearman	Estrategias para afrontar el estrés	Coeficiente de correlación	1,000	,373**
		Sig. (bilateral)	.	,004
		N	58	58
	Postergación de actividades	Coeficiente de correlación	,373**	1,000
		Sig. (bilateral)	,004	.
		N	58	58

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

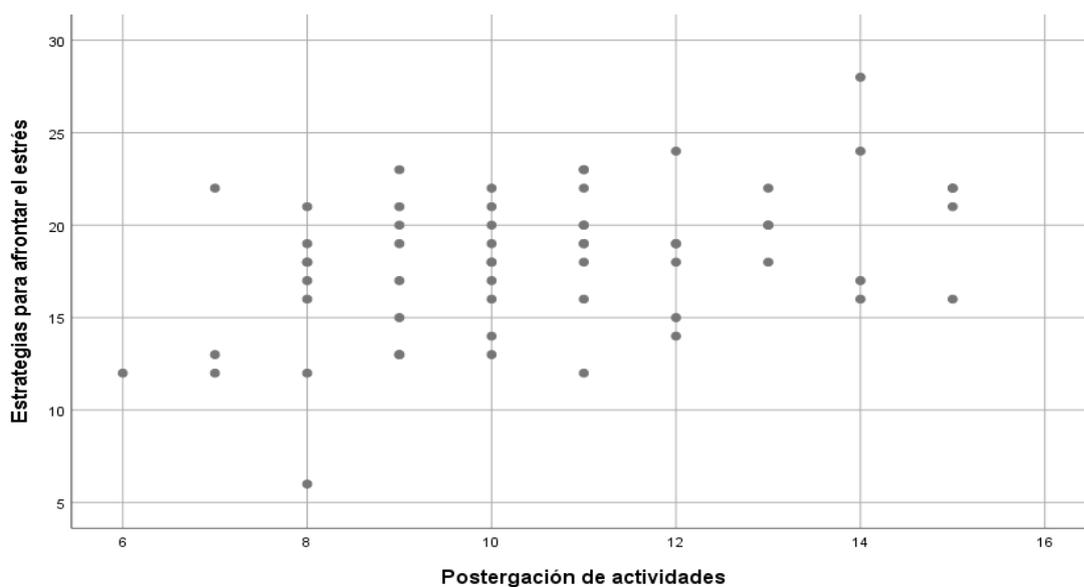


Gráfico 20. Relación entre las estrategias para afrontar el estrés y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

Considerando:

Si: $p < 0,05$, entonces H_0 se rechaza

Hipótesis

H_0 : No existe relación entre las estrategias para afrontar el estrés y la postergación de actividades.

H_a : Existe relación entre las estrategias para afrontar el estrés y la postergación de actividades.

$P = 0,004 < 0,05$

Decisión:

Se rechaza la H_0

Conclusión estadística:

Existe relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II.

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN

La presente investigación evaluó el 95,1% de los estudiantes del IV ciclo describieron que tuvieron algunos incidentes de estrés en el desarrollo del ciclo académico semestre, siendo estos de una intensidad de nivel medio. Referente a los estresores que estuvieron presentes reiteradas veces fueron: “sobrecarga de tareas y trabajos”, “evaluaciones de los profesores” y “tiempo limitado de trabajos”. De la misma forma, se identificaron las manifestaciones corporales y/o físicas más recurrentes: “somnolencia o mayor necesidad de dormir” y “fatiga crónica”; resultando las manifestaciones psicológicas de mayor consideración: “problemas de concentración”, “ansiedad, angustia o desesperación” e “inquietud”; y las manifestaciones en el comportamiento de mayor frecuencia resultaron: “aumento o reducción en el consumo de alimentos” y “desgano para realizar las labores”. De igual manera se identificó que los estudiantes utilizaron con mayor frecuencia algunas estrategias para hacer frente al estrés como: “habilidad asertiva” y “elaboración de un plan y ejecución de ideas”

En referencia a ello, Picasso et al. (2016) ejecutó un estudio con 82 estudiantes de la FO-USMP, utilizando el instrumento de esta tesis, y en cuyo resultado se encontró que el 93,9% de los evaluados indicaron que en el desarrollo del semestre académico manifestaron síntomas de estrés, con una intensidad promedio de nivel medio. Asimismo, los agentes causantes del

estrés, las manifestaciones corporales y/o físicas, de comportamiento, mentales, psicológicas. De igual manera las estrategias con las que cuentan los estudiantes para afrontar el estrés, mostraron resultados parecidos a la presente investigación.

Asimismo, Córdova, D.A. y Santa María, F.B. (2018) evaluaron a 140 estudiantes de odontología de Lima, encontrando que el 75,7% presentaba estrés, siendo mayor en el nivel clínico que en el preclínico.

El síndrome de Burnout (SB) es una consecuencia del estrés, presenta manifestaciones físicas, psicológicas y del comportamiento como lo es el cansancio emocional, despersonalización y una desvaloración de su desempeño profesional y personal. En una investigación anterior donde se evaluó a 140 estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP, Picasso et al (2012) determinó que de la población de estudiantes evaluados 30,7% presentaron SB en grado severo, y 23,6% en grado moderado. El 45,0% obtuvo un porcentaje mayor de cansancio emocional, 41,4% un nivel alto de cinismo y 45,7% obtuvo un porcentaje muy bajo de eficacia académica. Referente a los síntomas y manifestaciones fisiológicas que estén relacionadas al estrés durante el ciclo académico, se evidenció que 81,4% presentaron sintomatología músculo-esquelética, 84,3% de tipo psicósomáticas, 45,7% gastrointestinal y 3,6% cardiovascular.

Estudios en Perú refieren alta prevalencia de este síndrome en estudiantes universitarios. García L.S. y Espino, L.C. (2014) tuvieron como muestra a 46 estudiantes de odontología de Lima, con una prevalencia de 22,5%. Asimismo, se evidenció que el 57% obtuvo una alta prevalencia de cansancio emocional, 25% un nivel alto de despersonalización y 22,5% un nivel bajo de realización personal.

Según Reyes, M. (2017) afirma que el estrés tiene implicancia en los profesionales y los profesores en las profesiones de la salud. Reyes, M. (2017) tuvo una muestra de 25 docentes de la carrera de odontología, este estudio determinó que nadie tuvo las manifestaciones del SB.

Sin embargo, 16% tuvo una alta prevalencia de cansancio emocional y 8% un nivel alto de despersonalización, aunque ninguno presentó baja realización personal.

Asimismo, Robles, R. y Cáceres, L. (2010) realizaron un estudio donde tuvieron como muestra a 117 odontólogos de Lima y Callao, cuyo resultado fue 44,6 % presentó SB en grado severo y 14,5 % en moderado. Bendezú, L. (2016) trabajo con 50 odontólogos que trabajaban en la Red Asistencial Almenara ESSALUD, se evidenció una prevalencia de SB de 24% en grado severo y 36% en medio. El 18% obtuvo un grado de cansancio emocional, 20% un nivel alto de despersonalización, y 76% un nivel bajo de realización personal.

En algunas provincias del Perú se han identificado algunos datos elevados de SB. Aramburú L. (2012) en la ciudad de Cuzco tuvo una muestra de 80 odontólogos de Cusco, se determinó una prevalencia de SB de 42,5%; el 51,2% presentó un grado alto de cansancio emocional, 51,2% un nivel alto de despersonalización, y 50% un grado bajo de realización personal. Díaz, I. y Muñoz, Y. (2019) en Cajamarca evaluaron a una muestra de 267 odontólogos, con resultados del 14,2% con un grado alto de cansancio emocional, 15,4% un grado alto de despersonalización, y el 10,9% un grado bajo de realización personal. De igual manera, Hanco, R. (2018) en Puno considero evaluar a 80 odontólogos, obteniendo como resultado una prevalencia del SB de 55% en nivel medio y de 42,5% en nivel alto.

En México, Preciado et al. (2010) evaluó el SB en una muestra de 60 estudiantes de odontología, encontrando los siguientes resultados: 27% con agotamiento emocional, 37% con despersonalización y el 50% con baja realización personal. Díaz et al. (2006) evaluaron a 156 odontólogos, encontrando que el 24,36% presentaba nivel alto y 48,72% nivel medio de SB. Asimismo, Castañeda, E. y García, J.E. (2012) evaluaron a 135 odontólogos mexicanos, encontrando una prevalencia de SB de 50,3%.

Ogdon MA, Díaz CV. (2017) en Paraguay evaluaron una muestra de 83 odontólogos, donde encontraron una prevalencia de SB de 1,2%, y los que que estaban un 36,15% que estaba en riesgo de presentarlo. También encontraron que el 10,84% presentó un nivel alto de agotamiento emocional, el 3,61% un nivel alto de despersonalización, y el 19,28% un nivel bajo de realización personal.

En España, Varela et al. (2005) evaluaron el SB en 35 odontólogos encontrando que el 54,3% presentó agotamiento emocional, 55,6% despersonalización y 6,9% baja realización personal. Asimismo, Ríos et al. (2010) evaluaron el SB en una muestra de 284, los cuales fueron miembros de la Sociedad Española de Periodontología, encontrando que el 40% presentaba agotamiento emocional, 20% despersonalización y 11,2% nivel bajo de realización personal.

Diversas investigaciones citadas, coincidiendo la mayoría con porcentajes elevados en los que el síndrome de Burnot SB, circunstancia que nos preocupa debido a que el mencionado síndrome asociado el estrés tiene una influencia directa en el estado de la salud física, mental afectando todo ello en la calidad de vida del alumnado, docentes y profesionales.

En relación a la procrastinación, la presente investigación tuvo como resultados los valores promedio de autorregulación y postergación académica en un nivel medio. Se tuvo como indicadores frecuentemente relacionado a la autorregulación académica: “Asisto regularmente a clases” y “Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio” y el indicador de postergación académica que resulto con mayor frecuencia fue: “Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto”.

Siendo la mayoría de estudios en nuestro país relacionados a la procrastinación académica aún muy escasos en estudiantes de ciencias y específicamente con estudiantes de la carrera de odontología. Podremos discernir con Caljaro SM. (2019) quien tuvo una muestra de 142 estudiantes de Tacna, donde se manifestó que los estudiantes que procrastinaban fueron

los que tuvieron un nivel muy bajo de autoeficacia. Sepúlveda, V. (2018) trabajó con 130 alumnos de Lima, cuyo resultado fue que los estudiantes que procrastinaban eran los que evidenciaron un nivel de estrés muy alto. Madhan, B. et al. (2012) y Lakshminarayan, N. et al. (2013) evaluaron a 174 y 209 alumnos en la India respectivamente, donde el resultado fue que los estudiantes que contaban con un deficiente rendimiento académico fueron los que tenían la predisposición a procrastinar y los estudiantes con mejor rendimiento no procrastinaron.

En estudios con universitarios se ha evaluado la relación de la procrastinación con algunas características de la personalidad como el ser extrovertidos, neuroticismo y psicoticismo (Bastidas JG (2017)), creencias obsesivas y factores metacognitivos (Sadeghi, H. et al. (2014)), con los niveles bajos de autoestima (Chen, B. et al. (2016)), deficiente regulación emocional (Durand, C.T. (2017)), tipo de crianza negativos establecidos por la rigurosidad el castigo o rechazo (Khalid A, et al. (2019)), adicción al alcohol (Westgate, E.C. et al. (2017)) o a las redes sociales (Lian, S. et al. (2018)). Kim, J. et al. (2017) reportaron que los alumnos con una perspectiva de tiempo orientada al presente tienden a evidenciar un menor nivel de autocontrol, lo que aumenta la tendencia a procrastinar y de la adicción al internet, mientras que con las personas con perspectiva de tiempo orientada a futuro ocurre lo contrario.

La mayoría de estudios coincide en relacionar la conducta procrastinadora con un bajo rendimiento académico, tanto en escolares como en universitarios (Paechter, M. et al. (2017), Cerezo, R. et al. (2017), Lakshminarayan, N. et al. (2013), Madhan, B. et al. (2012) y Humensky, J. et al. (2010)). Por el contrario, la autorregulación académica está asociada al buen estado general de salud, y puede predecir la tendencia a procrastinar en los alumnos (Garzón-Umerenkova, A. et al. (2018), Yarlequé, L., et al. (2016)).

El estilo de enseñanza también puede estar relacionado con la conducta procrastinadora del alumno. Codina, N. et al. (2018) evaluaron la relación entre ambas variables, encontrando los comportamientos de enseñanza que se apoyan en la autonomía se asocian positivamente

con la necesidad de brindar una satisfacción de las necesidades psicológicas, y de forma negativa con la procrastinación. Asimismo, De Palo, V. et al. (2017) reportaron que las estrategias de aprendizaje pueden predecir la tendencia a procrastinar, a la vez que pueden mediar la relación entre las creencias metacognitivas y la procrastinación.

La procrastinación en adolescentes y adultos no solo se da a nivel académico. Hen, M. et al. (2018) evaluó a 430 universitarios de Israel, encontrando que el 40% procrastinaba en temas de salud, 9,5% en temas de crianza de los hijos y el 1% presentaba una tendencia general a procrastinar. El 14% manifestó que la postergación influyó en su salud, el 12% en su carrera y educación, y el 11% en su vida familiar y sentimental.

La conducta procrastinadora suele estar asociada a sentimientos de responsabilidad moral y culpa (a diferencia de la demora o retraso) (Rahimi, S. et al. (2016)), puede motivar que el alumno haga trampas en sus tareas y exámenes (Ip, E.J. et al. (2016)), y puede llegar a ser un factor asociado a la deserción universitaria (Garzón, A. y Gil, J. (2017)). Sin embargo, es importante diferenciar a la procrastinación del retraso activo, en que la postergación intencional de un trabajo se da como una estrategia útil para estudiar (Lindt, S.Z. et al. (2014)).

Miranda GL. (2019) evaluaron a 133 estudiantes de secundaria de Lima, encontrando que los alumnos que presentaban un mayor nivel de *mindfulness* rasgo presentaban una menor tendencia a procrastinar. El *mindfulness* es un concepto que procede de la meditación budista *vipssana*, cuyo objetivo es tomar conciencia absoluta del momento presente, y no estar absorbido por problemas, distinguiendo entre los pensamientos útiles y los perjudiciales.

La presente investigación determinó de manera significativa que los alumnos que utilizaron con gran frecuencia las estrategias para afrontar el estrés, fueron los que obtuvieron un mayor nivel en la autorregulación académica. Siendo esto probablemente por el apoyo brindado a los estudiantes por el área de tutoría de la FO-USMP, en el cual es designado un

profesor tutor desde el I al X ciclo a los estudiantes que puedan presentar algún inconveniente académico.

Asimismo, un gran porcentaje del alumnado contaban con autoregulación académica adecuada y presentaron menores síntomas del estrés como reacciones psicológicas. Se presume que esto fue posible debido a que los estudiantes de la FO-USMP cuentan con un seguimiento y apoyo del departamento Psicopedagógico desde el I ciclo donde se les realiza una evaluación de entrada y de acuerdo a los resultados se realiza el seguimiento y soporte académico.

De igual manera los estudiantes que aplican estrategias para afrontar el estrés son los que menos postergan las actividades académicas pendientes, posiblemente por que utilizaron con mayor frecuencia algunas estrategias para hacer frente al estrés como: “habilidad asertiva” y “elaboración de un plan y ejecución de ideas”.

Al respecto, la mayoría de estudios coinciden en señalar que los estudiantes cuyo resultado fue una mayor predisposición a procrastinar fueron los que presentaron un alto niveles de ansiedad y estrés, siendo esa conclusión a la mayoría de estos autores. (Sepúlveda, V. (2018), como en escolares o en universitarios de otras carreras (Albornoz et al. (2017), Cardona LC. (2015), Barahona KG (2018), Durand, C.E. y Cucho, N.S. (2016), Vallejos, S.R. (2015), Paechter, M., et al. (2017), Mamani, S.E. (2017), Medrano, M.L. (2017), Gil, L. y Botello, V. (2018), Khalid A, et al. (2019)).

CONCLUSIONES

1. Según los resultados obtenidos en la investigación se demostró que existe relación estadísticamente significativa entre las variables procrastinación y el estrés académico, en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. Por que se encontró relación significativa entre las dimensiones: síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la autorregulación académica $P=0,033<0,05$, estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica en estudiantes $P=0,028<0,05$, estrategias para afrontar el estrés y la postergación de actividades en estudiantes $P=0,004<0,05$.
2. Los resultados observados en la presente investigación demuestran que no existe relación estadísticamente significativa entre las dimensiones intensidad del estrés y autorregulación académica, en estudiantes de IV ciclo de la FO-USMP, Lima Perú, en el periodo académico de 2019-II, con un nivel de significancia $P = 0,489 > 0,05$.
3. Los resultados obtenidos en la investigación demuestran que no existe relación significativa entre las dimensiones intensidad del estrés y la postergación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II, con un nivel de significancia $P = 0,776 > 0,05$.

4. Los resultados de la investigación demuestran que no existe relación significativa entre las dimensiones agente estresor y autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO- USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II, con un nivel de significancia $P = 0,921 > 0,05$.
5. Los resultados observados en el estudio indican que no existe relación significativa entre las dimensiones agente estresor y postergación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II, con un nivel de significancia $P = 0,221 > 0,05$.
6. Los resultados observados en la investigación demuestran que no existe relación significativa entre las dimensiones síntomas del estrés (reacciones físicas) y autorregulación académica en los estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II, con un nivel de significancia $P = 0,093 > 0,05$.
7. Los resultados observados en la presente investigación demuestran que no existe relación significativa entre las dimensiones síntomas del estrés (reacciones físicas) y postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el periodo académico 2019-II, con un nivel de significancia $P = 0,498 > 0,05$.
8. Los resultados observados demuestran que existe relación significativa entre las dimensiones síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II, con una significancia estadística de $P = 0,033 < 0,05$ y un coeficiente de correlación $R = 0,280$.
9. Los resultados de la investigación demuestran que no existe relación significativa entre las dimensiones síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y postergación de

actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II, con un nivel de significancia $P = 0,626 > 0,05$.

10. Los resultados del estudio demostraron que no existe relación significativa entre las dimensiones síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II, con un nivel de significancia $P = 0,213 > 0,05$.
11. Los resultados de la investigación demuestran que no existe relación significativa entre las dimensiones síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II, con un nivel de significancia $P = 0,911 > 0,05$.
12. Los resultados de la presente investigación demostraron que existe relación significativa entre las dimensiones estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II. Se encontró que los alumnos que presentan mayores niveles de autorregulación académica tienden a utilizar en un mayor porcentaje estrategias para hacer frente al estrés, con una significancia estadística de $P = 0,028 < 0,05$ y un coeficiente de correlación $R = 0,289$.
13. Los resultados observados en el presente estudio demuestran que existe relación significativa entre las dimensiones estrategias para afrontar el estrés y postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de la FO-USMP, Lima – Perú, en el periodo académico 2019-II, con una significancia estadística de $P = 0,004 < 0,05$ y un coeficiente de correlación $R = 0,373$.

RECOMENDACIONES

- Realizar estudios sobre mayores tamaños muestrales y en distintos ciclos de la carrera, para evaluar los grados, síntomas y consecuencias del estrés y la procrastinación académica en los estudiantes.
- Implementar estrategias para el aprendizaje que permitan afrontar el estrés académico y disminuir el hábito de procrastinación.
- Reforzar el servicio Psicopedagógico de la FO-USMP, con la finalidad de detectar a los alumnos que presenten situaciones como el estrés que puedan comprometer su desempeño académico y del mismo modo brindarles el asesoramiento respectivo, para que utilicen las estrategias para afrontar el estrés.
- Realizar investigación conjunta con los profesores responsables de las asignaturas y el departamento de servicio Psico Pedagógico.
- Determinar mediante estudios los factores causales de riesgo que conllevan a la población estudiantil a la deficiencia académica o repitencia en los cursos.

FUENTES DE INFORMACIÓN

- Albornoz, M., Aliaga, C., Escobar, C., Nuñez, J., Rayme, L., Romero, R., et al. (2017). Relación entre estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de la Facultad de Derecho y la Facultad de Ingeniería Civil de una universidad pública de Lima Metropolitana. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima.
- Álvarez, O.R. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, 13, 159-177.
- Ancajima, L. P. (2017). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico en universitarios de la ciudad de Trujillo. (Tesis de Bachiller en Psicología). Universidad César Vallejo, Trujillo.
- Apaza, R. (2018). *Impacto del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de la escuela profesional de Odontología del primero al sexto semestre académico de la UNA-PUNO, 2017-II* (Tesis de bachiller, Universidad Nacional del Altiplano, Puno).
- Aramburú, L. (2012). *Síndrome de burnout en odontólogos del Ministerio de Salud Cusco, 2011*. (Tesis de bachiller, Universidad Nacional San Antonio de Abad del Cusco, Cusco).
- Barahona, K.G. (2018). Ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica en estudiantes adolescentes tardíos de una universidad privada de Lima. (Tesis de maestría, Universidad de San Martín de Porres, Lima).
- Barraza, A. (2007). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico. *Revista Electrónica Psicología Científica.com*. 9(10) 7 de septiembre del 2019, Recuperado de <http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas>
- Barraza, A. (septiembre, 2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110-129. Recuperado de <http://revistas.unam.mx/index.php/repi/article/viewFile/19028/18052>

- Barraza, A. & Barraza, S. (septiembre 2019). Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *CPU-e, Revista de Investigación Educativa*, 28,132-151. Recuperado <http://cpue.uv.mx/index.php/cpue/article/view/2602/4486>
- Barraza, A. & Barraza, S. (2018). Evidencias de validez y confiabilidad de la escala de procrastinación académica en una población estudiantil mexicana. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 9(1),75-99.
- Bastidas, J.G. (2017). *Procrastinación y rasgos de personalidad en estudiantes de una universidad privada de Lima este* (Tesis de bachiller, Universidad Peruana Unión, Lima).
- Bendezú, L. (2016). Nivel de estrés laboral en cirujanos dentistas procedentes de la Red Asistencial Almenara ESSALUD, usando el cuestionario Maslach Burnout Inventory Lima-2016. (Tesis de bachiller, Universidad Privada Norbert Wiener; Lima).
- Burka, J. B. & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination. Why you do it, what to do about it now* (25ª ed). Estados Unidos: Life Long Book.
- Caljaro, S. M. (2019). Autoeficacia y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de Odontología de la Universidad Privada de Tacna, 2018. (Tesis de Maestría, Universidad Privada de Tacna; Tacna).
- Cardona, L. C. (2015). Relaciones entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes universitarios. (Tesis de bachiller, Universidad de Antioquia, Medellín).
- Carranza, R. A. & Ramírez, A. (2013). Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Apuntes Universitarios*, 3 (2), 95-108.
- Castañeda, E. & García, J.E. (2012). Prevalencia del síndrome de desgaste profesional (burnout) en odontólogos mexicanos del sector educativo y privado. *Med Segur Trab (Internet)*, 58(228),246-260.

- Cerezo, R., Esteban, M., Sánchez-Santillán, M. & Núñez, J.C. (2017). Procrastinating behavior in computer-based learning environments to predict performance: A case study in Moodle. *Front. Psychol*, 8:1403.
- Cerna, R.P. (2018). Estrategias de aprendizaje y estrés académico en estudiantes universitarios de primer ciclo de la Facultad de Psicología de una universidad privada de Lima. (Tesis de maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima).
- Córdova, D.A. & Santa María, F. B. (2018) Factores asociados al estrés en estudiantes de odontología de una universidad peruana. *Rev Estomatol Herediana*, 28(4), 252-258.
- Codina, N., Valenzuela, R., Pestana, J.V. & Gonzalez-Conde, J. (2018) Relations between student procrastination and teaching styles: autonomy-supportive and controlling. *Front. Psychol*. 9:809.
- Córdova, D.A. & Santa María, F.B. (2018). Factores asociados al estrés en estudiantes de odontología de una universidad peruana. *Rev Estomatol Herediana*, 28(4):252-258.
- Chen, B., Shi, Z., Wang, Y. (2016) Do Peers Matter? Resistance to peer influence as a mediator between self-esteem and procrastination among undergraduates. *Front. Psychol*. 7:1529.
- De Palo, V., Monacis, L., Miceli, S., Sinatra, M. & Di Nuovo, S. (2017) Decisional procrastination in academic settings: The role of metacognitions and learning strategies. *Front. Psychol*. 8:973.
- Díaz, I. & Muñoz, Y. (2019). Prevalencia del síndrome de burnout en cirujanos dentistas del sector privado, Cajamarca, Perú, 2019. (Tesis de Bachiller, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca).
- Díaz, R., Pérez, E. & Lartigue, T. (2006). Desgaste profesional en un grupo de Odontólogos. *Revista ADM*, 63(6):220-224.

- Domínguez, S.A. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Revista Evaluar*, 16(1),20-30.
- Domínguez, S.A., Villegas, G., Centeno, S.B. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2), 293-304.
- Duda, M.B. (2018). Procrastinación académica en estudiantes de ingeniería de una universidad privada en Lima. (Tesis de maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima).
- Durán, C.T. (2017). Relación entre la procrastinación académica y la autorregulación emocional en una muestra de estudiantes universitarios de Psicología: Caso PUCESA. (Tesis de bachiller, Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ambato).
- Durand, C.E. & Cucho, N.S. (2016). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Lima Este, 2015. (Tesis de bachiller, Universidad Peruana Unión, Lima).
- Larousse, Ed. (2016). *El pequeño Larousse ilustrado*. (23ª ed.). México: Ediciones Larousse, S. A
- García, C.A. (septiembre 2013). Breve revisión sobre los estudios contemporáneos sobre las causas de la procrastinación académica. *Ecos desde las fronteras del conocimiento*, 2(11). Recuperado https://www.researchgate.net/publication/263222677_Breve_Revision_Sobre_los_Estudios_Contemporaneos_Sobre_las_Causas_de_la_Procrastinacion_Academica
- García, C.A. (septiembre, 2009). Comprendiendo la procrastinación con el Modelo ABC de Albert Ellis. *Gaceta de la Escuela de Medicina Justo Sierra*, 2(1),4-5. Recuperado https://www.researchgate.net/publication/264421119_Comprendiendo_la_procrastinacion_con_el_Modelo_ABC_de_Albert_Ellis

- García, L.S. & Espino, L.C. (2014). Prevalencia del síndrome de burnout en estudiantes de pregrado de la Facultad de Estomatología de la UCSUR, Lima 2013. *Revista Científica Odontológica*, 2:92-101.
- Garzón, A. & Gil, J. (2017). El papel de la procrastinación académica como factor de la deserción universitaria. *Rev. Complut Educ*, 28(1),307-324.
- Garzón-Umerenkova, A., de la Fuente, J., Amate, J., Paoloni, P.V., Fadda, S. & Pérez, J. F. (2018). A linear empirical model of self-regulation on flourishing, health, procrastination, and achievement, among university students. *Front. Psychol.* 9:536.
- Gil, L. & Botello, V. (2018). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. *CASUS*, 18;3(2):89-96.
- Gonzales, E. (2016). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1° y 5° grado de secundaria de una institución educativa estatal de Lima Este, 2015. (Tesis de Bachiller, Universidad Privada Unión, Lima).
- Hanco, R. (2018). Síndrome de burnout en cirujanos dentistas que laboran en consulta privada en la provincia de San Román - Juliaca, 2018. (Tesis de Bachiller, Universidad Nacional del Altiplano, Puno).
- Hen M, Goroshit M. (2018). General and life-domain procrastination in highly educated adults in Israel. *Front. Psychol.* 9:1173.
- Humensky, J., Kuwabara, S.A., Fogel, J., Wells, C., Goodwin, B. & Van Voorhees, B.W. (2010). Adolescents with depressive symptoms and their challenges with learning in school. *J Sch Nurs.* 26(5), 377–392.
- Ip, E.J., Nguyen, K., Shah, B.M., Doroudgar, S. & Bidwal, M.K. (2016). Motivations and Predictors of Cheating in Pharmacy School. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 80(8),133.

- Jabel, M.G. (2017). Estandarización del Inventario de Estrés Académico SISCO en estudiantes de dos universidades de Villa El Salvador. (Tesis de bachiller, Universidad Autónoma del Perú, Lima).
- Jaimes, R. (2008) Validación del Inventario SISCO del Estrés Académico en adultos jóvenes de la Universidad Pontificia Bolivariana Seccional Bucaramanga. (Tesis de bachiller, Universidad Pontificia Bolivariana, Bucaramanga).
- Jiménez, M. (2013) Adaptación del Inventario SISCO del Estrés Académico en estudiantes universitarios cubanos. (Tesis de bachiller, Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, Santa Clara).
- Khalid, A., Zhang, Q., Wang, W., Ghaffari, A.S.& Pan F. (2019). The relationship between procrastination, perceived stress, saliva alpha-amylase level and parenting styles in Chinese first year medical students. *Psychology Research and Behavior Management*, 12,489–498.
- Kim, J., Hong, H., Lee, J. &Hyun, M. (2017). Effects of time perspective and self-control on procrastination and Internet addiction. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(2), 229–236
- Lakshminarayan, N., Potdar, S. &Reddy, S.G. (2013). Relationship between procrastination and academic performance among a group of undergraduate dental students in India. *Journal of Dental Education*, 77(4):524-528.
- Lian, S., Sun, X., Zhou, Z., Fan, C., Niu, G. &Liu, G. (2018) Social networking site addiction and undergraduate students' irrational procrastination: The mediating role of social networking site fatigue and the moderating role of effortful control. *PLOS ONE*, 13(12)
- Lindt, S. Z., Corkin, D. M. & Yu, S. L. (2014). Using multiple methods to distinguish active delay and procrastination in college students. *American International Journal of Contemporary Research*. 4 (2).

- Madhan, B., Kumar, C.S., Naik, E.S., Panda, S., Gayathri, H. & Barik, A.K. (2012). Trait procrastination among dental students in India and its influence on academic performance. *Journal of Dental Education*.76(10).
- Malo, D.A., Cáceres, G.S. & Peña, G.H. (2010). Validación del Inventario SISCO del Estrés Académico y análisis comparativo en adultos jóvenes de la Universidad Industrial de Santander UIS y la Universidad Pontificia Bolivariana Seccional Bucaramanga. *Revista Electrónica Praxis Investigativa ReDIE*, 2(3),26-42.
- Mamani, S.E. (2017). Relación entre la procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes universitarios pertenecientes al primer año de estudios de una universidad privada de Lima metropolitana. (Tesis de bachiller, Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima).
- Martín, I.M. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*,25(1),87-99.
- Maya, C. (2016). *Ansiedad y estrés en los estudiantes de odontología* (Tesis de Bachiller, Universidad de Sevilla, Sevilla).
- Mayorga, E. (2018). Estrés académico en estudiantes de una universidad nacional de Lima metropolitana. (Tesis de Bachiller, Universidad Nacional Federico Villareal, Lima).
- Medrano, M. L. (2017). Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de una Universidad Pública de Lima, 2017. (Tesis de maestría, Universidad César Vallejo, Lima).
- Miranda, G. L. (2019). Procrastinación y mindfulness rasgo en adolescentes de un colegio particular de Lima metropolitana. (Tesis de maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima).
- Morales, M.D. (2018). Evidencias de validez de la escala de procrastinación académica en estudiantes universitarios del distrito de Trujillo. (Tesis de Bachiller en Psicología). Universidad César Vallejo, Trujillo.

- Moreta, R. & Durán, T. (2018). Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en estudiantes de psicología de Ambato, Ecuador. *Salud y Sociedad*, 9(3),236-247.
- Natividad, L.A. (2014). *Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios* (Tesis de Doctorado en Psicología). Universidad de Valencia, Valencia.
- Ogdon, M.A. & Díaz, C.V. (2017). Síndrome de Burnout en odontólogos de la XVIII Región Sanitaria del Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social, Paraguay. *Rev. Salud Pública Parag*, 7(1),21-27.
- Paechter, M., Macher, D., Martskvishvili, K., Wimmer, S. & Papousek, I. (2017) Mathematics anxiety and statistics anxiety. Shared but also unshared components and antagonistic contributions to performance in statistics. *Front Psychol*,8:1196.
- Pardo, D., Perilla, L. & Salinas, C. (2014). Relación entre procrastinación académica y ansiedad -rasgo en estudiantes de Psicología. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 14(1),31-44.
- Pérez, F., Cartes & Velásquez, R (2015). Estrés y *burnout* en estudiantes de Odontología: una situación preocupante en la formación profesional. *EDUMECENTRO*,7(2),179-190.
- Picasso, M., Huillca, N., Ávalos, J., Omori, E., Gallardo, A. & Salas, M. (2012). Síndrome de burnout en estudiantes de odontología de una universidad peruana. *Kiru*, 9(1),51-58.
- Picasso, M.A., Lizano, C. & Anduaga, S. (2016). Estrés académico e Inteligencia Emocional en estudiantes de Odontología de una universidad peruana. *KIRU*, 13(2):155-164.
- Preciado, M. & Vázquez, J. (2010). Perfil de estrés y síndrome de *burnout* en estudiantes mexicanos de odontología de una universidad pública. *Rev. Chil Neuro-Psiquiat*, 48(1):11-19.
- Quant, D.M. & Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica*, 3(1),45-59.

- Rahimi, S., Hall, N.C & Pychyl, T.A. (2016). Attributions of responsibility and blame for procrastination behavior. *Front Psychol.* 7:1179.
- Reinoso, E.P. (2017). Influencia del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto semestre de la Facultad de Odontología de la Universidad Central del Ecuador. (Tesis de Bachiller, Universidad Central del Ecuador, Quito).
- Reyes, M. (2017). Síndrome de burnout en docentes cirujanos dentistas, enfermeros y médicos de la facultad de ciencias de la salud de la Universidad Señor de Sipán - Chiclayo, 2017. (Tesis de Bachiller, Universidad Señor de Sipán, Pimentel).
- Rios, J.V., Reyes, M., López, A., Morillo, J. M. & Bullon, P. (2010). *Burnout* and depression among Spanish periodontology practitioners. *Med Oral Patol Oral Cir Bucal*, 15(5):813-819.
- Robles, R. & Cáceres, L. (2010). Síndrome *Burnout* en cirujanos dentistas de hospitales de Lima Metropolitana. *Odontol Sanmarquina*, 13(1):7-10.
- Sadeghi, H., Hajloo, N., Babayi, K. & Shahri, M. (2014). The relationship between metacognition and obsessive beliefs, and procrastination in students of Tabriz and Mohaghegh Ardabili Universities, Iran. *Iran J. Psychiatry Behav Sci*, 8(1): 42-50.
- Sepúlveda, V. (2018). Procrastinación académica y estrés académico en los alumnos de tercer y cuarto año de odontología de la Universidad Peruana Los Andes, Lima 2018. (Tesis de maestría, Universidad César Vallejo, Lima).
- Vallejos, S.R. (2015). Procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes universitarios. (Tesis de Bachiller, Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima).
- Varela, P., Fontao, L., Martínez, A., Pita, A. & Valín, M. (2005). Desgaste profesional entre los odontólogos y estomatólogos del Servicio Gallego de Salud. *AtenPrimaria*, 35(6):301-305.

Westgate, E.C., Wormington, S.W., Oleson, K.C. & Lindgren, K.P. (2017). Productive procrastination: academic procrastination style predicts academic and alcohol outcomes. *J. Appl Soc Psychol*, 47(3):124-135.

Yarlequé A., Javier, L., Monroe, J.D., Nuñez, E.R., Navarro, L.L., Padilla, M., et al. (2016). Procrastinación, estrés y bienestar psicológico en estudiantes de educación superior de Lima y Junín. *Horizonte de la Ciencia*, 6(10),173-184.

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

Título: “Relación entre Procrastinación y estrés académico en estudiantes de odontología de la Universidad de San Martín de Porres. Lima – Perú, 2019”

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	METODOLOGÍA	RESULTADOS	CONCLUSIONES
Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Diseño	<ul style="list-style-type: none"> La muestra estuvo conformada por 61 alumnos, de los cuales 39 fueron mujeres y 22 hombres (63,9% y 36,1% respectivamente). La edad promedio fue de 20,39 años (SD: 3,04). 	Conclusión general
¿Cuál es la relación entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II?	Establecer la relación entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.	Existe relación significativa entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.	Estudio experimental (observacional), descriptivo, correlacional, transversal, prospectivo.		Existe relación significativa entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas	Población y muestra	<ul style="list-style-type: none"> Del total de la muestra, 58 estudiantes refirieron haber presentado momentos de estrés durante el transcurso del semestre (95,1%). La intensidad del estrés, así como de la autorregulación y la postergación académica a nivel global fueron de un nivel “medio” (promedio de 3,34, 3,5 y 2,29 respectivamente, en una escala de 1 al 5). Los alumnos que presentaron mayores niveles de autorregulación académica tienden a utilizar con mayor frecuencia las estrategias de afrontamiento del estrés (P: 0,003). También se observa que 	Conclusiones específicas
<ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la relación significativa entre la intensidad del estrés y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II? ¿Cuál es la relación significativa entre la intensidad del estrés y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II? ¿Cuál es la relación significativa entre el agente estresor y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II? 	<ul style="list-style-type: none"> Determinar la relación significativa entre la intensidad del estrés y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. Determinar la relación significativa entre la intensidad del estrés y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. Determinar la relación significativa entre el agente estresor y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. 	<ul style="list-style-type: none"> Existe relación significativa entre la intensidad del estrés y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. Existe relación significativa entre la intensidad del estrés y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. Existe relación significativa entre el agente estresor y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. 	<p>Población: Conformada por los estudiantes matriculados en el IV ciclo de la Facultad de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, durante el ciclo académico 2019-II.</p> <p>Muestra: Conformada por 61 estudiantes. La técnica de muestreo fue no probabilística.</p> <p>Técnica de recolección de datos La recolección de la información se realizó mediante encuesta, empleando los siguientes formatos:</p> <ul style="list-style-type: none"> Inventario SISCO del Estrés 		<ul style="list-style-type: none"> No existe relación significativa entre la intensidad del estrés y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II No existe relación significativa entre la intensidad del estrés y la postergación académica en estudiantes del IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II No existe relación significativa entre el agente estresor y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II No existe relación significativa entre el agente estresor y la postergación académica en

<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la relación significativa entre el agente estresor y la postergación de actividades de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II? • ¿Cuál es la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II? • ¿Cuál es la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II? • ¿Cuál es la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II? • ¿Cuál es la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la 	<ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación significativa entre el agente estresor y la postergación de actividades de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. • Determinar la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. • Determinar la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. • Determinar la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. • Determinar la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la 	<ul style="list-style-type: none"> • Existe relación significativa entre el agente estresor y la postergación de actividades de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. • Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. • Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. • Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. • Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – 	<p>Académico, de Arturo Barraza Macías.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko adaptada por Domínguez, S.A. et al. <p>Análisis de datos Se realizó el análisis descriptivo de cada variable mediante tablas de distribución de frecuencias. Para evaluar la relación entre las variables se empleó el análisis de correlación de Pearson con un nivel de significancia de 5%. El procesamiento de datos se realizó mediante el Programa SPSS para Windows</p>	<p>los alumnos que presentaron con mayor frecuencia el hábito de postergación académica tienden también a reportar reacciones psicológicas y comportamentales asociadas al estrés (0,006 y 0,014 respectivamente).</p>	<p>estudiantes del IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II</p> <ul style="list-style-type: none"> • No existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la autorregulación académica en los estudiantes del IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II • No existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones físicas) y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II • Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II • No existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones psicológicas) y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II • No existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la autorregulación académica en
---	---	--	--	--	---

<p>Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II?</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II? • ¿Cuál es la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II? • ¿Cuál es la relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II? • ¿Cuál es la relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II? 	<p>Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. • Determinar la relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. • Determinar la relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. • Determinar la relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. 	<p>Perú, durante el ciclo académico 2019-II.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. • Existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. • Existe relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. • Existe relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la postergación de actividades en estudiantes de IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II. 			<p>estudiantes del IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II</p> <ul style="list-style-type: none"> • No existe relación significativa entre los síntomas del estrés (reacciones comportamentales) y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II • Existe relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la autorregulación académica en estudiantes del IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II Se encontró que los alumnos que presentan mayores niveles de autorregulación académica tienden a utilizar en un mayor porcentaje estrategias para hacer frente al estrés. • Existe relación significativa entre las estrategias para afrontar el estrés y la postergación de actividades en estudiantes del IV ciclo de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú, durante el ciclo académico 2019-II.
---	---	---	--	--	--

Anexo 2. Instrumentos para la investigación

FICHA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

I. Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko adaptada por Domínguez, S.A. et al. (2013)).

A continuación, encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de estudiar. Lee cada frase y contesta según tus últimos 12 meses de tu vida como estudiante marcando con una X de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

	1 Nunca	2 Casi nunca	3 A veces	4 Casi siempre	5 Siempre
- Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto					
- Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes					
- Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda					
- Asisto regularmente a clases					
- Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible					
- Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan					
- Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan					
- Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio					
- Invierto el tiempo necesario para estudiar aun cuando el tema sea aburrido					
- Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					
- Trato de terminar mis trabajos con tiempo de sobra					
- Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					

II.- Inventario SISCO del Estrés Académico

1. ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo durante el transcurso de este semestre?

Sí : _____ No: _____

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

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del (1) al (5), señala tu nivel de preocupación o nerviosismo. En la escala propuesta (1) es “poco” y (5) es “mucho”.

1	2	3	4	5

3. En una escala del (1) al (5), donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	1	2	3	4	5
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
- Competencia con los compañeros					
- Sobrecarga de tareas y trabajos					
- Personalidad y carácter de los profesores					
- Evaluaciones de los profesores					
- Tipo de trabajo que piden los profesores					
- No entender los temas que se abordan en clase					
- Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
- Tiempo limitado para hacer trabajos					
Otro (especificar)					

4. En una escala del (1) al (5), donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso:

4.1.- Reacciones físicas	1	2	3	4	5
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
- Trastornos del 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					

4.2.- Reacciones psicológicas	1	2	3	4	5
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	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					

4.3.- Reacciones comportamentales	1	2	3	4	5
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
- Aislamiento de los demás					
- Desgano para realizar las labores					
- Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otros (especificar)					

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

	1	2	3	4	5
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
- Habilidad asertiva (defender nuestras ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
- Elaboración de un plan y ejecución de ideas					
- Elogios a si mismo					
- Religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
- Búsqueda de información sobre la situación					
- Ventilación y confidencia (verbalización de la situación que nos preocupa)					
Otros (especificar)					

**CONSENTIMIENTO INFORMADO
PARA PARTICIPAR EN EL ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN
- ADULTOS -**

Instituciones: FACULTAD DE ODONTOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE SAN MARTÍN DE PORRES

Investigadores: **Silvana Anduaga Lescano**
Carlos Echaiz Rodas (Asesor)

Título: **RELACIÓN ENTRE PROCRASTINACIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE SAN MARTÍN DE PORRES. LIMA – PERÚ, 2019.**

INTRODUCCIÓN:

Lo estamos invitando a participar del estudio de investigación llamado: “**Relación entre Procrastinación y Estrés Académico en Estudiantes de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres. Lima – Perú, 2019**”. Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Facultad de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres: Silvana Anduaga Lescano e investigador del Instituto para la Calidad de Educación–CED-USMP: Carlos Echaiz Rodas.

JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO:

Estamos realizando este estudio con el objetivo de evaluar objetivamente la relación entre la Procrastinación y el estrés académico, en los estudiantes de la Facultad de Odontología, debido a que ambas variables no solo afectan el aspecto académico de los alumnos, sino también su calidad de vida. Los resultados del estudio serán derivados al área de Tutoría de la Facultad de Odontología – USMP para elaborar un plan de acción que permita potenciar el desarrollo integral de los alumnos, y contribuir a mejorar la tasa de desaprobados.

Por lo señalado creemos necesario profundizar más en este tema y abordarlo con la debida importancia que amerita.

METODOLOGÍA:

Si usted acepta participar, le informamos que se llevarán a cabo los siguientes procedimientos:

Se entregarán 2 Cuestionarios de autoevaluación para ser desarrollados en un mismo momento, con un tiempo máximo de 30 minutos para ambos:

1. Primero la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko adaptada por Domínguez, S.A. et al. (2013)), con un tiempo de duración máximo de 10 minutos.
2. Segundo el Inventario SISCO del Estrés Académico, con un tiempo de duración de 20 minutos.

MOLESTIAS O RIESGOS:

No existe ninguna molestia o riesgo mínimo al participar en este trabajo de investigación. Usted es libre de aceptar o de no aceptar.

BENEFICIOS:

No existe beneficio directo para usted por participar de este estudio. Sin embargo, se le informará de manera personal y confidencial de algún resultado que se crea conveniente que usted tenga conocimiento. Los resultados también serán archivados en las historias clínicas de cada paciente y de ser el caso se le recomendará para que acuda a su médico especialista tratante.

Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres. Acta N°02-2018. 17 de abril del 2018

COSTOS E INCENTIVOS:

Usted no deberá pagar nada por participar en el estudio, su participación no le generará ningún costo.

CONFIDENCIALIDAD:

Los investigadores registraremos su información con códigos y no con nombres. Si los resultados de este seguimiento son publicados en una revista científica, no se mostrará ningún dato que permita la identificación de

las personas que participan en este estudio. Sus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio sin su consentimiento.

DERECHOS DEL PACIENTE:

Si usted decide participar en el estudio, podrá retirarse de éste en cualquier momento, o no participar de una parte del estudio sin perjuicio alguno. Si tiene alguna duda adicional, puede preguntar al Investigador principal Silvana Anduaga Lescano o llamarlo a los teléfonos 989173021 o al siguiente email: silvi_dental@hotmail.com.

Si usted tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar al presidente del Comité Institucional de Ética de la Facultad de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres, Dr. Juvenal Sánchez Lihón al teléfono 01- 3464761 anexo 114, Av. San Luis 1265, San Luis, Lima, Perú.

CONSENTIMIENTO:

Acepto voluntariamente participar en este estudio, he comprendido perfectamente la información que se me ha brindado sobre las cosas que van a suceder si participo en el proyecto, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Firma del Participante

Nombre:

DNI:

Huella Digital

Fecha

Firma del Investigador

Nombre: Silvana Anduaga Lescano

DNI: 10320274

Huella Digital

Fecha

Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres. Acta N°02-2018.
17 de abril del 2018