

ARTÍCULO ORIGINAL**Estrés académico en estudiantes escolarizados en zona rural peruana durante la pandemia por COVID 19: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento****Academic stress in school students in Peruvian rural areas during the COVID-19 pandemic: stressors, symptoms, and coping strategies**María Zea¹ , Verónica Bellido² , Rossicelo Mendoza³  y William Sánchez⁴ **RESUMEN**

La Pandemia de la COVID 19 cambió la forma de llevar a cabo la enseñanza aprendizaje, generando efectos problemáticos en los estudiantes escolarizados, sobre todo, en las zonas rurales donde la educación se caracteriza por la precariedad y el limitado acceso a servicios básicos necesarios para el cumplimiento de la educación básica. Uno de los efectos problemáticos podría ser la presencia de estrés, por lo que este trabajo tuvo como objetivo indagar sobre el grado de estrés académico, estresores, síntomas de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes escolarizados en una zona rural peruana. Se aplicaron encuestas válidas y confiables a una población de 114 estudiantes escolarizados distribuidos en tres grupos según la edad y el género. Se encontró que, un 32.5 % y 33.3 % de estudiantes presentaron un nivel de estrés académico moderado y severo respectivamente, no habiendo estadísticamente diferencias por la variación de edad de los estudiantes, pero si por género, siendo el femenino con mayor frecuencia de un nivel de estrés moderado y severo. Finalmente, fue mayor la frecuencia de estresores (40,7%) y síntomas (42.8%) de estrés académico para el género femenino; sin embargo, los estudiantes de género masculino presentaron una mayor frecuencia de estrategias de afrontamiento (39.7%).

Palabras clave: COVID, estrés académico, estudiantes escolarizados, estresores.

ABSTRACT

The Covid 19 Pandemic changed the way teaching-learning is carried out, generating problematic effects on school students, especially in rural areas where education is characterized by precariousness and limited access to basic services necessary for compliance. of basic education. One of the problematic effects could be the presence of stress, so this work aimed to investigate the degree of academic stress, stressors, stress symptoms and coping strategies in students attending school in rural Peru. Valid and reliable surveys were applied to a population of 114 school students distributed into three groups according to age and gender. It was found that 32.5% and 33.3% of students presented a moderate and severe level of academic stress respectively, there are no statistical differences due to the variation in the age of the students, but there were differences by gender, with the female being the highest frequency of a moderate and severe level of stress. Finally, the frequency of stressors (40.7%) and symptoms (42.8%) of academic stress was higher for females; However, male students presented a higher frequency of coping strategies (39.7%).

Keywords: covid, academic stress, school students, stressors.

* Autor para correspondencia

¹ Opensi Red Company EIRL, Perú. Email: marianilazea35@gmail.com

² Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Perú. Email: bellidol@unsa.edu.pe

³ Universidad César Vallejo, Perú. Email: rossicelo3194@gmail.com

⁴ Opensi Red Company EIRL /RIPER, Perú. Email: william.sanchez@riper.edu.pe

INTRODUCCIÓN

La educación es considerada un derecho humano universal indispensable para el desarrollo de los seres humanos. Es por ello que, lograr que todas las personas tengan acceso a ella se ha convertido en un tema de agenda a nivel global, principalmente en aquellos grupos o zonas vulnerables que claman que estas necesidades sean atendidas.

La existencia de escuelas en los sectores rurales constituye una señal de búsqueda de igualdad, justicia y democracia en sectores apartados y postergados (Corvalan, 2006), sin embargo, la escolarización en zonas rurales se caracteriza por la precariedad y el limitado acceso a servicios básicos necesarios para el cumplimiento de la educación básica (Quiroz, 2019; Azaola, 2010).

Esta situación se agravó durante la pandemia por la COVID 19, debido a que, como medida para salvaguardar la salud pública, los diferentes gobiernos a nivel mundial decidieron migrar la educación presencial a un contexto virtual. Este proceso representó un reto para el sector de educación, pero específicamente para aquellas zonas cuyas realidades no se encontraban en condiciones de brindar un servicio educativo digital o a distancia (Anaya, Montalvo, Ignacio y Arispe, 2021).

A raíz de este nuevo contexto, los estudiantes tuvieron que desarrollar habilidades, destrezas, estrategias y conocimientos que les ayuden a adaptarse a esta nueva realidad, sin embargo, esta adaptación trajo consigo diversas situaciones que han venido afectando su salud física, psicológica y comportamental, siendo el estrés académico una de las manifestaciones más evidentes (García citado en Alania, Llancari, De la Cruz y Ortega, 2020).

Barraza (2006) considera que el estrés académico se manifiesta ante las demandas que exige el ámbito académico y que el estudiante considera como estresores, lo que produce un desequilibrio sistémico manifestándose mediante síntomas tanto físicos, psicológicos y comportamentales.

Evidencias de este problema se muestran por AlAteeq et al. (2020) quienes exploraron el nivel de estrés percibido en estudiantes durante la pandemia por la COVID 19 y la suspensión de la enseñanza presencial en Arabia Saudita. Hallaron que el 55% de estudiantes presentaron un nivel de estrés moderado, un 30.2% estrés alto y un 14.7% estrés bajo; la mayoría de los participantes eran mujeres (74,7%) y estudiantes de secundaria (79.8%).

La prevalencia del estrés durante el brote de la COVID 19 se presentó en un 61,6% de los estudiantes franceses de primer año y en un 71.2% estudiantes de Turquía (Husky, Kovess-Masfety y Swendsen, 2020; Aslan, Ochnik y Çınar, 2020). La posible presencia de estrés en los escolarizados puede ocasionar

problemas de carácter psicológico o comportamental e incluso la deserción del estudiante (Maturan y Vargas, 2014).

Los escolarizados de la zona rural de Perú no están exentos de la presencia de estrés académico; es así que, Montoya y Sandoval (2021) encontraron que de una muestra 248 adolescentes de la provincia de Tocache y Lima Este, un 26.6% presenta un estrés académico severo. Así mismo, Alvarez (2021) halló que un 65.1% de estudiantes de quinto de secundaria del distrito de Pachacamac se sintieron estresados teniendo clases virtuales. Por último, Llancari (2019) demostró que un 78,6% de estudiantes escolarizados de una zona rural, presentaban estrés en un nivel medio.

Al hablar de estrés académico se abordan tres dimensiones; los estresores, que son situaciones que desencadenan un desequilibrio en las personas y producen el estrés; los síntomas, que son sus representaciones tanto físicas, psicológicas y comportamentales producto de las situaciones estresoras y por último se tiene a las estrategias de afrontamiento, que desarrollan las personas para restaurar el equilibrio frente a una situación estresora (Barraza, 2006).

Es necesario precisar que, de acuerdo a diferentes estudios, las mujeres suelen percibir mayores situaciones estresantes que los hombres. A su vez, se conoce que la edad puede ser un factor que se relacione con la percepción del estrés (Mather et al, 2010; Estrada et al, 2021).

En base a lo descrito, se plantearon las siguientes preguntas de investigación: ¿Cuál es el nivel de estrés más frecuente en los estudiantes escolarizados de zonas rurales? ¿La presencia de estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en los estudiantes varones se diferencia de las estudiantes mujeres? ¿La presencia de estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en los estudiantes se diferencia por la edad?

MÉTODOS

La población de estudio estuvo conformada por un total de 114 estudiantes escolarizados de una Institución Educativa del Distrito de Cocachacra – Islay (Zona rural peruana). En la población se incluyó a los estudiantes con participación permanente en las actividades académicas en la modalidad virtual con edades dentro de un rango de 15 a 17 años y a los presentaron una respuesta positiva en la primera pregunta dicotómica del Inventario SISCO utilizado para recolectar los resultados. Es decir, se excluyeron a los estudiantes mayores a 17 años, menores de 15 años y a los presentaron una respuesta negativa en la primera pregunta dicotómica del Inventario SISCO.

La muestra quedó conformada por 114 estudiantes escolarizados distribuidos en tres grupos según la edad y el género. Como se puede apreciar en la tabla 1, en el grupo de 15 años participaron 35 estudiantes (13 hombres y 22 mujeres), en el grupo de 16 años participaron 58 estudiantes (24 hombres y 34 mujeres) y en el grupo de 17 años participaron 21 estudiantes (9 hombres y 12 mujeres), siendo un total de 46 hombres y 68 mujeres.

Tabla 1. Cantidad de estudiantes que conforman la muestra de estudio

Edad	Hombre	Mujer	Total
15 años	13	22	35
16 años	24	34	58
17 años	9	12	21
Total	46	68	114

Se utilizó un diseño no experimental transversal descriptivo para recolectar los resultados a partir de la muestra, este diseño es afín al proceso deductivo (enfoque cuantitativo) de investigación realizada. El instrumento utilizado fue el Inventario de Estrés Académico SISCO SV (Adaptado de Barraza, 2018) que se aplicó de forma individual con una duración aproximada de 30 minutos.

El inventario SISCO SV mide el nivel de estrés académico en estudiantes escolarizados; está constituido por 47 ítems distribuidos en tres dimensiones del estrés académico (estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento), 15 ítems cada dimensión. Trabaja con una escala Likert de valor 1 (nunca), 2 (casi nunca), 3 (rara vez), 4 (algunas veces), 5 (casi siempre) y 6 (siempre).

En el baremo para los niveles de estrés académico a nivel general, se consideró un nivel leve a la sumatoria (de los valores de la escala de Likert del inventario SISCO SV) que se ubique un rango de 0 a 104, nivel moderado para un rango de 105 a 123 y nivel severo para una sumatoria mayor o igual a 124. Respecto al Baremo para las dimensiones de estrés académico, en la siguiente tabla se detalla los datos.

Tabla 2. Baremo para las dimensiones de la variable estrés académico

Dimensiones	Leve	Moderado	Severo		
Estresores	0-32	33-44	45 a +		
Síntomas	físicos	0-12	12-18	19 a +	
	psicológicos	0-11	12-17	18 a +	General
	comportamentales	0-8	9-11	32-46	12 a +
Estrategias de afrontamiento	0-33	34-43	44 a +		

La confiabilidad del instrumento utilizado fue excelente en base a los criterios de calificación de Muñiz, 2005; Prieto y Muñiz (2000) citados por Ferrer, Guilera y Però (2011). se obtuvo un alfa de Cronbach de 0.9248 para la dimensión estresores, 0.9518 para la dimensión síntomas y 0.8837 para la dimensión estrategias de afrontamiento.

El instrumento utilizado fue válido en base a la opinión de los expertos, el coeficiente V de Aiken demostró la validez genérica de contenido, ya que los coeficientes de todos los indicadores fueron superiores a 0.8 ($p < 0.01$). De igual forma, el coeficiente V de Aiken indicó que el instrumento presenta validez específica de contenido, puesto que los coeficientes de todos los ítems superaron a 0.75 ($p < 0.01$).

Finalmente, para el análisis de los datos, en principio se utilizó la estadística descriptiva, como el cálculo de frecuencias relativas para el estrés académico en general y sus dimensiones, teniendo en cuenta a la edad y el género de los estudiantes. También se utilizó la estadística inferencial para determinar las diferencias del nivel de estrés (y sus dimensiones) por género y edad, se realizó un Análisis de Varianza y una prueba T de Student para muestras independientes en el software IBM SPSS Statistics 23.

RESULTADOS

En la pandemia por COVID - 19 (año 2020), del total de estrés en una zona rural peruana, un 32.5 % y 33.3 % presentaron un nivel de estrés académico moderado y severo respectivamente. En la siguiente tabla se puede observar que los resultados son los mismos respecto a la frecuencia del nivel de estresores. Respecto a los síntomas de estrés físicos, psicológicos y comportamentales, más de 50 % de los estudiantes se ubican entre un nivel moderado y severo. Finalmente, el 65 % de los estudiantes emplean estrategias de afrontamiento en un nivel moderado y severo.

Tabla 3. Frecuencia del nivel de estrés académico, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en estudiantes escolarizados en una zona rural peruana durante la pandemia por COVID 19, 2020

Niveles	Estrés académico	Estresores	Síntomas físicos	Síntoma Psicológicos	Síntomas comportamentales	Estrategias de afrontamiento
Leve	34.2	34.2	33.3	34.2	38.6	35.1
Moderado	32.5	32.5	33.3	36.8	27.2	32.5
Severo	33.3	33.3	33.3	28.9	34.2	32.5

La mayor frecuencia de un nivel de estrés moderado y severo se encontró en los estudiantes escolarizados del género femenino (tabla 3). Según el resultado de significancia de la prueba T de Student para muestras independientes ($p= 0.017$), existen diferencias significativas entre el nivel de estrés académico que presentaron los estudiantes escolarizados del género femenino y masculino (con una confianza del 95 %).

Respecto al estrés académico por edad, en la siguiente tabla se observa que, la frecuencia de estrés severo es mayor en edades más altas y la situación es totalmente opuesta respecto al nivel de estrés leve. Sin embargo, el resultado el Análisis de Varianza (ANAVA) ($p= 0.369$) indicó que no existen diferencias

entre el nivel de estrés académico de los estudiantes escolarizados del género femenino y masculino (con una confianza del 95 %).

Tabla 4 .Frecuencia del nivel de estrés académico por sexo y edad de los estudiantes escolarizados en zona rural peruana durante la pandemia por COVID 19

Niveles	Sexo		Edad		
	Masculino	Femenino	15 años	16 años	17 años
Leve	50.0	23.5	40.0	34.5	23.8
Moderado	26.1	36.8	40.0	25.9	38.1
Severo	23.9	39.7	20.0	39.7	38.1

Los estudiantes escolarizados del género femenino presentaron mayor frecuencia de estresores (40.7%) y síntomas (42.8%) de estrés académico (tabla 4); sin embargo, los estudiantes de género masculino presentaron una mayor frecuencia de estrategias de afrontamiento (39.7%). Finalmente, en la siguiente tabla se observa una mayor frecuencia de estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en edades más altas de los estudiantes escolarizados, pero los valores no representan diferencias estadísticamente significativas.

Tabla 5. Frecuencia del nivel de estrés académico por sus dimensiones, y variables sexo y edad de los estudiantes escolarizados en zona rural peruana durante la pandemia por COVID 19

Dimensiones del estrés	Sexo		Edad		
	Masculino	Femenino	15 años	16 años	17 años
Estresores	35.9	40.7	36.2	39.2	41.9
Síntomas	33.4	42.8	36.9	40.1	39.3
Estrategias de afrontamiento	39.7	38.1	37.9	39.2	38.9

DISCUSIONES

Los resultados indican que no existen diferencias significativas según la edad entre los grupos de estudiantes ($p= 0.369$), por lo que se denota que el estrés académico se encuentra presente en la misma proporción en ambos grupos de estudio. Este hallazgo coincide con lo encontrado por Barraza (2019), quien también afirma que el nivel de escolaridad no tiene ninguna repercusión en la frecuencia de la presencia del estrés académico en los estudiantes. Sin embargo, es importante precisar que en un estudio previo realizado por el mismo Barraza (2010) resalta que la probabilidad de que esto suceda depende de la relación que exista entre las características de los estudiantes y los sucesos experimentados en su entorno. Por lo tanto, existe una posibilidad que el contexto de la pandemia por COVID - 19 sea un factor importante frente al resultado obtenido.

Por otro lado, se encontró que si existen diferencias significativas del estrés académico según el sexo en ambos grupos de estudio (valor $p= 0.017$). Estos resultados difieren con lo encontrado por Alateeq et al.

(2020) los cuales precisan que tanto como mujeres como hombre percibieron un similar estrés académico durante la pandemia por COVID - 19 (de $p = 0.003$ y 0.049 , respectivamente).

Es probable que, debido a que el estudio de Alateeq et al. (2020) se haya realizado cuando recién la Organización Mundial de la Salud declaró oficialmente al COVID - 19 como pandemia, esta situación de incertidumbre haya afectado a los estudiantes por igual ya que no se precisaba ninguna medida que pudiese garantizar el salvaguardar la salud y la vida de las personas, por lo que el nivel de estrés no difirió entre grupos, sin embargo para esta investigación, la medición se realizó a finales del año 2020, cuando los estudiantes ya tenían experiencia con el confinamiento y se implementaron las medidas de adaptación para las clases virtuales. Probablemente, el rango de tiempo diferenciado haya tenido una relación con la forma en cómo se percibió el estrés académico ente los grupos de estudio según el sexo.

A diferencia del estudio anterior, Wang et al. (2020) menciona que si existían diferencias según el sexo entre ambos grupos. Afirman que ser mujer, estudiante y presentar sintomatología física se asocia con la presencia de mayores niveles de estrés.

Así mismo, los resultados de esta investigación refieren que los hombres tienen mayor facilidad de poder enfrentar situaciones estresantes que las mujeres. Este hallazgo coincide con lo encontrado por Amado y Condori (2019) quienes mencionan la existencia de diferencias estadísticamente significativas en los niveles de estrés entre los hombres y mujeres evaluados ($t=3.258$; $p<0.05$), siendo las mujeres quienes tienen mayor estrés que los hombres. Frente a esto, mencionan que las mujeres suelen reaccionar con niveles altos de estrés frente a sus pares hombres, sin embargo, los hombres suelen utilizar estrategias de auto sabotaje para lograr minimizar la presencia del estrés.

CONCLUSIONES

Un 32.5 % y 33.3 % de estudiantes escolarizados en una zona rural peruana presentaron un nivel de estrés académico moderado y severo respectivamente. Estos datos se obtuvieron en el año 2020 caracterizado por la pandemia de la COVID - 19. Se encontró que los mismos porcentajes de estudiantes se enfrentaron a un nivel severo y moderado de estresores; sin embargo, más del 50 % de los estudiantes presentaron un nivel moderado y severo de síntomas físicos, psicológicos y comportamentales. Finalmente, un 65 % de los estudiantes empearon estrategias de afrontamiento en un nivel moderado y severo.

Se encontró que el nivel de estrés académico no es estadísticamente diferente por la variación de edad de los estudiantes. Sin embargo, si existen diferencias significativas del nivel de estrés académico según el género de los estudiantes, siendo el género femenino con mayor frecuencia de un nivel de estrés moderado y severo. Finalmente, fue mayor la frecuencia de estresores (40.7%) y síntomas (42.8%) de

estrés académico para el género femenino; sin embargo, los estudiantes de género masculino presentaron una mayor frecuencia de estrategias de afrontamiento (39.7%).

REFERENCIAS

- Alania, R.D., Llancari, R.A., De la Cruz, M.R., y Ortega, D.I. (2020). Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialium*, 4(2), 113-130. <http://www.revistasocialium.com/index.php/es/article/view/79/pdf>
- AlAteeq, D., Alijhani, S. y AlEesa, D. (2020). Perceived stress among students in virtual classrooms during the COVID-19 outbreak in KSA. *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 15(5), 398-403. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1658361220301128>
- Alvarez, M.M. (2021). Diseño de un corto documental para evidenciar el estrés académico generado por las clases virtuales en los estudiantes del 5to grado de secundaria en el contexto de la pandemia por la Covid-19 en una institución educativa privada del distrito de Pachacámac [Tesis de maestría, Universidad San Ignacio de Loyola]. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/f5034c08-bfae-450d-bcb3-425fb9e7b0fa/content>
- Aslam , I., Ochnik, D. & Çınar, O. (2020). Exploring Perceived Stress among Students in Turkey during the COVID-19 Pandemic. *Int J Environ Res Public Health*, 17(23), 1-16. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17238961>
- Azaola, M.C. (2010). Importancia, significado y participación en la escolarización en zonas rurales Un estudio etnográfico en Michoacán, México. *Perfiles educativos*, 32(130), 67-82. <http://www.scielo.org.mx/pdf/peredu/v32n130/v32n130a5.pdf>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Psicología Científica*, 8(17). <http://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual>
- Corvalán, J. (2006). Educación para la población rural en siete países de América Latina. Síntesis y análisis global de resultados por países. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 51(4), 40-79. <https://www.redalyc.org/pdf/4136/413635245003.pdf>
- Estrada, E., Mamani, M., Gallegos, N. y Zuloaga, M. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID 19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40 (1), 1-6. <http://doi.org/10.5281/zenodo.4675923>

- Figuroa, T.A., Montalvo, J., Calderón, A., Arispe, C. (2021). Escuelas rurales en el Perú: factores que acentúan las brechas digitales en tiempos de pandemia (COVID-19) y recomendaciones para reducirlas. *Educación*, 30(58), 11-33. <https://doi.org/10.18800/educacion.202101.001>
- Gaeta , ML.L. y Hernández, P.M. (2009). Estrés y adolescencia: estrategias de afrontamiento y autorregulación en el contexto escolar. *STVDIVM Revista de Humanidades*, 15, 327-344. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3074506.pdf>
- Husky, M.M., Kovess-Masfety, V., Swendsen, J.D. (2020). Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement. *Comprehensive Psychiatry*, 102, 1-3. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152191>
- Llancari, G. (2019). Estrés en estudiantes del sexto grado de primaria del Distrito de Acobamba Huancavelica [Tesis de maestría, Universidad Nacional del Centro del Perú]. <https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/5233>
- Mather, M., Lighthall, N., Nga, L., & Gorlick, M. (2010). Sex differences in how stress affects brain activity during face viewing. *Neuroreport*, 21(14), 933–937. <http://doi:10.1097/WNR.0b013e32833ddd92>.
- Montoya, R. y Sandoval, H. (2021). Estrés académico y dependencia al teléfono móvil en adolescentes peruanos en el contexto de la pandemia por COVID-19 [Tesis de maestría, Universidad Peruana Unión]. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/4430>
- Miriam, Q. (2019). Las consecuencias de la educación escolarizada: Una mirada desde la modernización social rural en el sureste poblano. En *Marejadas rurales y luchas por la vida* (Primera, Vol. 3, pp. 211–227). Asociación Mexicana de Estudios Rurales A.C.
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C.S. & Ho, R.(2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 Coronavirus Disease (Covid-19) epidemic among the general population in China. *Int J Environ Res Public Health*, 17(5), 1-25. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17051729>