



# UNIVERSIDAD DE CUENCA

## Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Políticas y Sociales

### Carrera de Trabajo Social

Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid - 19

Trabajo de Graduación, previo a la obtención  
del Título de Licenciada en Trabajo Social

#### **Autoras:**

**Joseline Valeria Alvarez Bravo**

**CI:** 0106761661

Correo electrónico: [joss.vale1996@outlook.com](mailto:joss.vale1996@outlook.com)

**Michelle Mariela Auquilla Chuchuca**

**CI:** 0106691819

Correo electrónico: [michelleauquilla1996@gmail.com](mailto:michelleauquilla1996@gmail.com)

#### **Directora:**

Economista Mónica Elisabeth Mendieta Orellana, Mgst.

CI: 0102626207

**Cuenca, Ecuador**

11 de mayo de 2021



## Resumen

Las y los estudiantes universitarios se ven expuestos al estrés académico que desencadena una serie de consecuencias a nivel físico, psicológico, social y familiar. La actual crisis sanitaria Covid -19, genera una mayor presencia familiar en la vida estudiantil, debido al repentino cambio en la modalidad de estudios, más aún en los estudiantes de primer ciclo, quienes se encuentran en una situación nueva y desconocida, pero exigente. En este contexto, el objetivo general de la investigación es establecer la incidencia que produce el estrés académico en las relaciones familiares de las y los 219 estudiantes de primer ciclo entre 17 y 36 años. La investigación es cuantitativa, basada en el método hipotético deductivo, con un nivel de profundidad exploratorio descriptivo y correlacional. El instrumento usado para la recolección de la información fue la encuesta, la cual, fue creada a partir del Inventario SISCO de Estrés Académico, propuesto por Arturo Barraza; y, de la Escala de Evaluación de las Relaciones Familiares, de los autores Rivera y Andrade. Los resultados obtenidos demuestran la incidencia de estrés académico en las relaciones familiares de los estudiantes, destacando que el 52.5% presentan un nivel “medio” de estrés académico y el 60,7% experimentan una calidad “media” en sus relaciones familiares provocada por este. La investigación aporta con estrategias de intervención, desde el área del Trabajo Social, con el fin de contribuir al manejo del estrés académico y al fortalecimiento de las relaciones familiares, que constituyen un factor fundamental de resiliencia, sobre todo en situaciones de crisis.

**Palabras Claves:** Estrés académico. Relaciones familiares. Crisis sanitaria Covid 19. Trabajo Social. Educación Superior.



## Abstract

University students are exposed to academic stress that triggers a series of consequences on a physical, psychological, social and family level. The current Covid -19 health crisis generates a greater family presence in student life, due to the sudden change in the modality of studies, especially in first-cycle students, who are in a new and unknown, but demanding situation. In this context, the principal objective of the research is establish the incidence that academic stress produces in the family relationships of the 219 first cycle students between 17 and 36 years old. The research is quantitative, based on the hypothetical deductive method, with a descriptive and correlational exploratory level of depth. The instrument used to collect the information was the survey, which was created from the SISCO Inventory of Academic Stress, proposed by Arturo Barraza; and, from the Family Relations Evaluation Scale, by the authors Rivera and Andrade. The results obtained demonstrate the incidence of academic stress in the family relationships of the students, highlighting that 52.5% present an average level of academic stress and 60.7% who are in an average quality of family relationships, present greater difficulties. The research provides intervention strategies, from the area of Social Work, in order to contribute to the management of academic stress and the strengthening of family relationships, which constitute a fundamental factor of resilience, especially in crisis situations.

**Keywords:** Academic stress. Family relationships. Covid 19 health crisis. Social Work. Higher education.



## Índice

Resumen .....	2
Abstract .....	3
Índice de Tablas .....	8
Índice de Gráficos.....	10
Dedicatoria .....	15
Dedicatoria .....	16
Introducción.....	17
<b>Capítulo I .....</b>	<b>19</b>
1. El Problema .....	19
1.1. Planteamiento del Problema .....	19
1.1.1. Problematización.....	19
1.1.2. Pregunta de Investigación .....	21
1.2. Objetivos de Investigación.....	21
1.2.1. Objetivo General .....	21
1.2.2. Objetivo Específico .....	21
1.3. Hipótesis .....	21
1.4. Justificación.....	21
<b>Capítulo II .....</b>	<b>23</b>
2. Teorías y Modelos sobre el Estrés Académico y las Relaciones Familiares .....	23
2.1. Breve Evolución del Concepto de Estrés.....	23



2.2.	Modelos de Intervención de Estrés Académico y Relaciones Familiares.....	23
2.2.1.	Definición de Estrés Académico.....	23
2.2.2.	Modelo Sistémico - Cognoscitivista de Estrés Académico.....	24
2.2.3.	Modelo del Sistema Familiar .....	25
2.3.	Tipos de Familia.....	27
2.4.	Estrés Académico y Enfoque de Género.....	27
2.5.	Educación Superior, Relaciones Familiares y Crisis Sanitaria Covid – 19 .....	28
2.6.	Marco Legal Referente.....	29
2.6.1.	Declaración Universal de los Derechos Humanos.....	29
2.6.2.	Constitución de la República del Ecuador .....	30
2.6.3.	Ley Orgánica de Educación Superior (LOES) .....	30
2.6.4.	Plan Nacional “Toda una Vida”.....	31
	<b>Capítulo III.....</b>	<b>32</b>
3.	Marco Metodológico.....	32
3.1.	Diseño de la Investigación.....	32
3.2.	Población Objeto de la Investigación.....	32
3.3.	Técnica e Instrumento para la Recolección de Información.....	33
3.4.	Validación de Cuestionario.....	34
3.4.1.	Criterios de Inclusión y Exclusión.....	34
3.5.	Análisis Estadístico .....	38
	<b>Capítulo IV.....</b>	<b>39</b>



4.	Análisis e Interpretación de los Resultados.....	39
4.1.	Caracterización Sociodemográfica .....	39
4.2.	Resultados de Estrés Académico.....	44
4.2.1.	Nivel de Estrés Académico en los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales .....	44
4.3.	Causas y Efectos que Produce el Estrés Académico en las Relaciones Familiares	49
4.3.1.	Causas del Estrés Académico.....	49
4.3.2.	Efectos que Genera el Estrés Académico en las Relaciones Familiares ....	50
4.3.3.	Calidad de las Relaciones Familiares de los y las Estudiantes de Primer Ciclo	52
4.4.	Incidencia del Estrés Académico en las Relaciones Familiares. Un Análisis de Correlación	56
4.5.	Un Análisis de los Principales Resultados a Partir del Modelo Sistémico-Cognitivo y el Modelo Familiar (Discusión) .....	57
	<b>Capítulo V.....</b>	<b>59</b>
5.	Plan de intervención .....	59
5.1.	Matriz del Plan de Intervención .....	60
	<b>Conclusiones.....</b>	<b>66</b>
	Bibliografía .....	68
	Anexos .....	76
	Anexo 1: Matriz Operacional .....	76



Anexo 2: Cuestionario.....94

Anexo 3: El Inventario Sisco del Estrés Académico (Barraza-Macías, 2007) .....103

Anexo 4: Escala de Evaluación de las Relaciones Intrafamiliares (Rivera y Andrade,  
2010) .....106



### Índice de Tablas

<b>Tabla 1</b>	Registro Universal de la Población de Estudio.....	33
<b>Tabla 2</b>	Escala Valorativa de Nivel de Estrés Académico .....	35
<b>Tabla 3</b>	Escala Valorativa de las Relaciones Familiares .....	36
<b>Tabla 4</b>	Datos Sociodemográficos: Porcentaje del Rango de Edad, Sexo, Orientación Sexual y Carrera que Cursan los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, de la Universidad de Cuenca, Período 2020 - 2021 .....	39
<b>Tabla 5</b>	Datos Sociodemográficos: Porcentajes del Área de domicilio, Estado Civil y Número de Hijos de los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, de la Universidad de Cuenca, Período 2020 - 2021 .....	40
<b>Tabla 6</b>	Datos Sociodemográficos: Porcentaje de los y las Estudiantes de Primer Ciclo que son Jefes y Jefas de Familia de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, de la Universidad de Cuenca, Período 2020 - 2021 .....	41
<b>Tabla 7</b>	Datos Sociodemográficos: Porcentajes del Número de integrantes de la Familia y sobre el Tipo de Familia de los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, de la Universidad de Cuenca, Período 2020 – 2021 .....	42
<b>Tabla 8</b>	Datos Sociodemográficos: Porcentaje de los y las Estudiantes de Primer Ciclo que Trabajan, realizan Teletrabajo, Tienen Internet y Cómo Evalúan su Conexión a Internet de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, de la Universidad de Cuenca, Período 2020 – 2021 .....	39
<b>Tabla 9</b>	Nivel de Estrés Académico de los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, de la Universidad de Cuenca, Período 2020 - 2021.....	44
<b>Tabla 10</b>	Nivel de Estrés Académico Según el Estado Civil de los Estudiantes Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales.....	48





**Tabla 11** Causas del Estrés Académico en los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales.....49

**Tabla 12** Efectos que Genera el Estrés Académico en los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales.....50

**Tabla 13** Calidad de las Relaciones Familiares .....52

**Tabla 14** Correlación de estrés académico con las Relaciones Familiares .....56



## Índice de Gráficos

<b>Gráfico 1</b> Nivel de Estrés Académico de los y las estudiantes de Primer Ciclo, de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, Según el Sexo, Período 2020-2021 (en porcentajes) .....	45
<b>Gráfico 2</b> Nivel de Estrés Académico de los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, Según la Conexión a Internet, Período 2020 - 2021 (en porcentajes) .....	46
<b>Gráfico 3</b> Ausencia al Aula Virtual por Problemas de Conectividad de los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, Período 2020 - 2021 (en porcentajes) .....	47
<b>Gráfico 4</b> Nivel de Relaciones Familiares de los Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, Según el Tipo de Familia, Período 2020 - 2021 (en porcentajes) .....	53
<b>Gráfico 5</b> Acciones que realizan los y las Estudiantes de Primer Ciclo que Hayan Presentado Problemas Familiares Durante la Crisis Sanitaria Covid - 19 en la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales Período 2020 - 2021(en porcentaje).....	54
<b>Gráfico 6</b> Actividades que Realizan los y las Estudiantes De Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, Luego de Presentar un Día Agotador en el Ámbito Académico Período 2020 - 2021 .....	55



## Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

---

Joseline Valeria Alvarez Bravo, en calidad de autor/a y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "Incidencia del Estrés Académico en las Relaciones Familiares de Estudiantes de Primer Ciclo de la Universidad De Cuenca, durante La Crisis Sanitaria Covid – 19", de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 11 de mayo de 2021

---

Joseline Valeria Alvarez Bravo

C.I: 0106761661



## Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

---

Michelle Mariela Auquilla Chuchuca en calidad de autor/a y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "Incidencia del Estrés Académico en las Relaciones Familiares de Estudiantes de Primer Ciclo de la Universidad De Cuenca, durante La Crisis Sanitaria Covid – 19", de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 11 de mayo de 2021

---

Michelle Mariela Auquilla Chuchuca

C.I: 0106691819



### Cláusula de Propiedad Intelectual

---

Joseline Valeria Alvarez Bravo, autor/a del trabajo de titulación "Incidencia del Estrés Académico en las Relaciones Familiares de Estudiantes de Primer Ciclo de la Universidad De Cuenca, durante La Crisis Sanitaria Covid – 19", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca, 11 de mayo de 2021

---

Joseline Valeria Alvarez Bravo

C.I: 0106761661



### Cláusula de Propiedad Intelectual

---

Michelle Mariela Auquilla Chuchuca, autor/a del trabajo de titulación "Incidencia del Estrés Académico en las Relaciones Familiares de Estudiantes de Primer Ciclo de la Universidad De Cuenca, durante La Crisis Sanitaria Covid – 19", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca, 11 de mayo de 2021

---

Michelle Mariela Auquilla Chuchuca

C.I: 0106691819



## Dedicatoria

Agradezco a Dios por permitirme  
alcanzar una meta más en mi vida.  
A mis padres, Florentín, Carmen y Julio.  
A mi hermana, Alexandra por su apoyo.  
A mi tutora y compañera de tesis  
quienes han sido el motor fundamental  
para llevar a cabo este proyecto.  
Y a todas aquellas personas que  
me han colaborado incansablemente  
con su dedicación, esfuerzo y tiempo.

***Joseline Alvarez B.***



## Dedicatoria

A Dios, por ser la luz que me ha guiado en este camino.  
A mis padres, Alejandro y Yolanda por su amor y apoyo incondicional durante este proceso, gracias por los esfuerzos que han hecho cada día, para ayudarme a cumplir una de mis metas.

A José Luis, por ser mi motivación e inspiración para seguir cada día.

A mi amiga y compañera Joseline, por su apoyo inquebrantable a lo largo de este proceso.

A nuestra directora Eco. Mónica Mendieta, por habernos acompañado a lo largo de esta investigación.

A mis amigas Nathaly, Marisol y Johanna T., y a mi familia, por ser parte en mi desarrollo personal y profesional.

***Michelle Auquilla Ch.***





## Introducción

El estrés académico es un fenómeno causado por las exigencias que emana la academia como son las excesivas horas de clases, sobrecarga de tareas, deberes y evaluaciones a los que están sometidos las y los estudiantes; y que pueden generar problemas en la salud tanto a nivel físico, psicológico, comportamental y familiar (Barraza, 2006). Este problema parece profundizarse ante la actual crisis sanitaria Covid – 19, debido a que las y los estudiantes dejaron las aulas para recibir las clases en línea, generando mayores responsabilidades tanto a nivel personal y familiar, para las cuales, no estuvieron preparados.

Estudios muestran que la funcionalidad familiar y ciertas características sociodemográficas de los entornos familiares, educativos e incluso comunitarios, en los que se desenvuelven las y los estudiantes influyen directamente en el manejo del estrés académico; es primordial instaurar acciones que desarrollen hábitos que fortalezcan el equilibrio emocional familiar para mejorar el ambiente y rendimiento de las y los estudiantes, sobre todo de aquellos que inician su vida universitaria, etapa de transiciones, cambios y adaptaciones en su vida y en sus relaciones sociales y familiares.

En este contexto, la investigación se realiza con el objetivo de establecer la incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de las y los estudiantes universitarios de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, para lo cual se aplicó una encuesta dividida en tres módulos: en el primero se ubican los datos sociodemográficos, el segundo sobre estrés académico y el tercero acerca de las relaciones familiares; este estudio es de carácter cuantitativo con un nivel de profundidad exploratorio, descriptivo y correlacional, mismo que está organizado en seis capítulos:

El primero, expone la problemática acerca de la incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de las y los estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca; seguida de la pregunta de investigación, objetivos, hipótesis y justificación.



El segundo, recoge los aportes teóricos sobre el estrés académico y las relaciones familiares. El análisis teórico se aborda a partir del Modelo Sistémico – Cognoscitivista de Arturo Barraza; y, del Modelo del Sistema Familiar de María José Escartín; se incluye un marco legal referente, haciendo énfasis en la Constitución de la República del Ecuador; la Ley Orgánica de Educación Superior, entre otros; y, por último, se presenta el marco conceptual básico utilizado en la investigación realizada.

El tercero, presenta el marco metodológico. Para la investigación se aplica la descripción de variables y la correlación entre el estrés académico y las relaciones familiares. Se utiliza una encuesta elaborada a partir de elementos sugeridos en el Inventario SISCO sobre el Estrés Académico y la Escala de Evaluación de las Relaciones Intrafamiliares (E.R.I), aplicada a 219 estudiantes de primer ciclo de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad de Cuenca.

El cuarto, presenta el análisis de los datos sociodemográficos y el resultado e interpretación de la correlación entre las subescalas del estrés académico y las dimensiones de las relaciones familiares.

El quinto, expone un plan de intervención desde el área del Trabajo Social, que contiene estrategias para el manejo del estrés académico, orientadas a disminuir los conflictos sociofamiliares, que inciden en el rendimiento académico, bajo un contexto de crisis sanitaria y procesos de cambio y adaptación de las y los estudiantes universitarios de primer ciclo.

Finalmente, se exponen las conclusiones, la bibliografía y los anexos (matriz operacional, cuestionario y los test del SISCO de estrés académico y de la Escala de las Relaciones Intrafamiliares).



## Capítulo I

### 1. El Problema

#### 1.1. Planteamiento del Problema

##### 1.1.1. *Problematización*

Santos (2017), conceptualiza al estrés académico como una evaluación cognitiva que ejecuta un estudiante frente a las demandas académicas consideradas como estresores, en estas circunstancias, el organismo presenta reacciones de nerviosismo, tensión y preocupación, que pueden afectar a los procesos psicológicos, afectivos y del comportamiento. Al respecto, se estima que el estrés académico puede generar consecuencias intra e interpersonales, a nivel físico, emocional, social y familiar.

En cuanto a la familia, se considera que siendo un agente de socialización primario según Cánovas (2012, citado en Mariños, 2017), esta puede ser un factor que genera bienestar o un mayor nivel de estrés, por lo que la funcionalidad familiar desempeña un papel fundamental en la vida de los estudiantes universitarios, sobre todo, cuando presentan dificultades, en donde una zona importante serían las pautas familiares para resolverlas (Epstein, 2001).

En este sentido, Alzate (2012) indica que la educación recibida en el seno familiar orienta a las personas en actitudes y comportamientos, que determinan la conducta social. De esta manera, la familia como el primer núcleo social influye en el proceso académico (enseñanza-aprendizaje), por lo que este estudio establece la relación entre el estrés académico y en las relaciones familiares en estudiantes universitarios, en el contexto de Crisis Sanitaria por Covid-19.

Existen antecedentes de varias investigaciones sobre el estrés académico, repercusiones en estudiantes universitarios y en aspectos familiares, en donde se puede obtener información importante para entender cómo se presentan y qué aspectos influyen en su aparición; entre las más importantes para este estudio se consideran las siguientes:



Díaz, Arrieta y González (2014), realizaron un estudio de corte transversal con el objetivo de relacionar el estrés académico con la funcionalidad familiar, en una muestra de 251 estudiantes de Odontología en Colombia. Los resultados describen que el 87,3% de los estudiantes presentaron estrés académico, específicamente en la evaluación docente. La evidencia demuestra que los estudiantes con mayor estrés académico vivían en familias disfuncionales, donde existen pocos espacios para socializar sobre la vida académica con los padres. Los autores concluyen que la disfuncionalidad familiar agrava el estrés académico, donde surge la necesidad de atención integral en los universitarios.

González (2020), realiza un estudio en una universidad de México, acerca del estrés académico asociado a la Crisis Sanitaria Covid-19. Los análisis evidencian que los estudiantes muestran bajos niveles de motivación y rendimiento académico, principalmente por altos índices de ansiedad y dificultades familiares, especialmente en estudiantes de escasos recursos. En una comparación del inicio y situación actual de crisis sanitaria, se evidencia que se incrementaron los niveles de estrés académico en los estudiantes respecto al año 2019. Una causa importante de aquello fueron altos índices de estrés en los docentes, lo cual, aumentó significativamente al inicio de la crisis sanitaria.

Al respecto, el contexto actual ha cambiado drásticamente el estilo de vida de las personas, en diversos aspectos importantes. Según información del diario El Telégrafo (2020), indica que la cuarentena y el encierro han aumentado la prevalencia de relaciones familiares negativas, violencia doméstica, disfuncionalidad familiar, sobre todo en familias con antecedentes de estos aspectos. Habiendo descrito el problema de estudio, se plantea la investigación con los estudiantes de primer ciclo de la Facultad de Jurisprudencia de la Universidad de Cuenca, debido a que deben asumir y adaptarse a nuevos retos, situaciones y ambientes educativos; además, autores afirman que son el grupo con mayor presencia de estrés académico (Barzallo y Moscoso, 2015; Gámez, Valdez, Ahumada y Bacasegua, 2018; Rosales, 2016; Carrión, 2017).



### **1.1.2. Pregunta de Investigación**

¿Existe incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de los estudiantes de primer ciclo de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid -19?

## **1.2. Objetivos de Investigación**

### **1.2.1. Objetivo General**

- Establecer la incidencia que produce el estrés académico en las relaciones familiares de los estudiantes de primer ciclo de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid -19.

### **1.2.2. Objetivo Específico**

- Determinar el nivel de estrés académico en las y los estudiantes de primer ciclo de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid -19.
- Identificar las causas y efectos que producen el estrés académico en las relaciones familiares de los estudiantes del primer ciclo de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Políticas y Sociales, de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid-19.
- Proponer estrategias de intervención para fomentar el bienestar físico, psicológico y social de los estudiantes universitarios, a partir de los resultados obtenidos.

## **1.3. Hipótesis**

El estrés académico de las y los estudiantes de primer ciclo de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Políticas y Sociales, de la Universidad de Cuenca, incide negativamente en las relaciones familiares, durante la crisis sanitaria Covid - 19.

## **1.4. Justificación**

La investigación se basa en estudiantes universitarios de primer ciclo, considerando el criterio de González (2020), quien señala que los estudiantes de primeros ciclos se encuentran



mayormente expuestos al estrés académico, debido a que incursionan una nueva etapa de integración y adaptación. En este sentido, Barraza (2006) indica que existen exigencias tanto institucionales como metodológicas, que de no ser enfrentadas pueden desencadenar desequilibrios, malestares en el entorno social y familiar del estudiante. Si bien, la familia es el espacio en donde se fomenta la comunicación, afecto, desarrollo de identidad, reglas de convivencia, satisfacción de necesidades básicas de los miembros; es necesario reconocer que en caso de que no se logre establecer estos vínculos afectivos ansiados, las relaciones familiares pueden tornarse conflictivas (López, González, López, Valdez, González y Robles, 2013).

El estudio aborda desde esta perspectiva, una lectura a partir de nueva información, que muestre el nivel de incidencia del estrés académico en las relaciones familiares, considerando un contexto de crisis, como la que vive el mundo, en la cual, la familia es fundamental para generar o no capacidades de resiliencia. La investigación aporta al Departamento de Bienestar Estudiantil de la Universidad de Cuenca, con información relevante que permita empezar a plantear una intervención oportuna, además, contribuye con datos actualizados dirigidos a profesionales, docentes, estudiantes y demás personas que tengan interés sobre este tema.

El estudio se lleva a cabo, a partir de la creación de un nuevo instrumento metodológico basado en los cuestionarios: Inventario SISCO de Estrés Académico de Barraza (2007) y La Escala de Evaluación de Relaciones Intrafamiliares de Rivera y Andrade (2010), el cual se diseñó para abordar la relación entre el estrés académico y las relaciones familiares. Con los resultados obtenidos, se propone un plan de intervención, con el fin de contribuir al manejo del estrés académico mediante estrategias de intervención enfocadas en mejorar las relaciones interpersonales y familiares de las y los estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, desde el área de Trabajo Social.



## Capítulo II

### 2. Teorías y Modelos sobre el Estrés Académico y las Relaciones Familiares

#### 2.1. Breve Evolución del Concepto de Estrés

El estrés es un proceso que se encuentra presente en nuestras sociedades desde hace muchos años. Sierra, Ortega y Subeidat (2003, como se citó en Carrión, 2017), afirman que en el siglo XVII se introduce un concepto poco específico sobre el estrés; pero no es hasta el siglo XVIII cuando recién se comienza a utilizar este término en los seres humanos. Con respecto a esto es necesario destacar que antes del siglo XIX el estrés no era definido con precisión, es decir, en este tiempo se encontraba en pleno auge la investigación del mismo

Los primeros acercamientos para definir al estrés se dieron a partir de los estudios realizados por Cannon, quien lo refiere como una acción que genera el organismo en respuesta de lucha o huida; este término fue introducido en el ámbito de la salud con Hans Selye (1936, como se citó en Barzallo y Moscoso, 2015), causando una revelación novedosa e importante hasta la actualidad.

#### 2.2. Modelos de Intervención de Estrés Académico y Relaciones Familiares

##### 2.2.1. Definición de Estrés Académico

Se define al estrés académico como:

Un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos: primero, el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores (input); segundo, esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio); tercero, ese desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (output) para restaurar el equilibrio sistémico. (Barraza, 2006, p. 126)



La investigación sobre la incidencia del estrés académico en las interacciones familiares, se basó en el modelo sistémico cognoscitivista, planteado por Barraza (2006); y el modelo sistémico familiar, propuesto por Escartín (1992), cuyos aportes se describen a continuación.

### **2.2.2. Modelo Sistémico - Cognoscitivista de Estrés Académico**

En el marco del modelo sistémico de estrés académico, refiere que el ser humano está inmerso en varios contextos o sistemas, y estos a la vez influyen de manera circular sobre él. Mientras tanto, el supuesto cognoscitivista, se centra en la explicación psicológica del individuo, para comprender qué factores del entorno lo están afectando de manera individual (Barraza, 2006) Las personas desde su nacimiento están inmersas en “sistemas organizacionales”, entre ellas las instituciones educativas, donde el alumno deberá cursar los niveles de educación, los cuales conllevan a cumplir con una serie de requerimientos, que seguramente le pueden generar estrés académico. Barraza (2006), refiere que:

En el caso específico del estrés académico ese flujo se puede ilustrar de la siguiente manera: el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, tras ser valoradas como estresores (input), provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio) que obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (output). (Barraza, 2006, p. 119).

En este aspecto, Barraza (2008) menciona un grupo de estresores que pueden coincidir con los de estrés académico, tales como: competitividad, exceso de tareas y responsabilidades, ambiente educativo desagradable, poco tiempo para presentar tareas, problemas con los docentes, con compañeros, exigencia de trabajos complejos.

Asimismo, Polo, Hernández y Pozo (1996) refieren aspectos como: exámenes, exposiciones, intervenciones en el aula, exceso de tareas, poco tiempo para cumplir con las mismas, trabajos en grupo y obligatorios.





Barraza (2006), refiere que la valoración cognitiva que realiza la persona puede considerarse como un estímulo que incremente el nivel de estrés, afirmando que le precede un estado netamente psicológico. De esta manera puede entenderse al estrés por su carácter adaptativo, donde el estudiante pueda lograr una mejor adecuación en su entorno, evitando secuelas negativas. Se consideran dos tipos de estrés, según Shturman (2005) señaló que el estrés se identifica como: normal, distrés (negativo) y eustrés (positivo).

De acuerdo a Mariños (2017), algunas de las consecuencias fisiológicas y psicológicas negativas producen: presión arterial alta, dificultades respiratorias y trastornos del sueño, síntomas de ansiedad y depresión, irritabilidad, alteraciones de la memoria (a corto o largo plazo, pérdida del interés por actividades que antes disfrutaba, entre otras.

### **2.2.3. Modelo del Sistema Familiar**

La familia es el espacio en el cual se inicia el aprendizaje y la adaptación, por ende, la interacción que se forje en esta, es vital para el desarrollo del ser humano tanto individual como colectivamente. Alvarado (2018) señala, la definición de los autores Rivera y Andrade (2010) sobre las relaciones intrafamiliares como:

Los vínculos que se constituyen entre los miembros de la familia, incluyendo la percepción de la unión, apoyo de los integrantes que la componen para enfrentar los problemas y la libertad con que cuentan para poder expresar sus opiniones, emociones o sentimientos (p. 8).

La familia es el primer grupo social en el cual el ser humano está inmerso, por esta razón, Escartín (1992), refiere que la familia es una diversidad organizada en jerarquías compuesto varios subsistemas que interactúan mutuamente. Es decir que, si la familia pasa por algún suceso positivo o negativo, al ser un sistema, esta será afectada en su totalidad. Escartín (1992), menciona que la misión del sistema familiar debe estar encaminada a cumplir las demandas de la familia y de sus miembros, para que la misma funcione estructuralmente.



La estructura familiar abarca varios aspectos, entre ellos, la posibilidad de interacción de los integrantes de la familia. Al respecto, Arellano y Atanacio (2019) señalan la definición de Minuchin como “el conjunto invisible de las demandas funcionales que organizan las formas en que logran interactuar los integrantes de la familia” (p. 30). Esta se forma a partir de los subsistemas familiares, es decir, que cada miembro va a cumplir un rol y a partir de esto se dará la organización familiar. En este sentido, los límites que se establecen entre los subsistemas:

Deben de ser semipermeables, para permitir una diferenciación e individuación suficiente de lo miembros (...), si los límites son demasiado apretados, el sentido de la familia disminuirá y los miembros de la familia no se ofrecerán entre sí suficiente apoyo; si los límites de los subsistemas son demasiados laxos, los subsistemas no tienen suficiente autonomía para cumplir sus funciones (Escartín, 1992, p.58).

Rivera y Andrade (2010, como se citó en Alvarado, 2018), señalan que las pautas dimensionales que guían y posibilitan las relaciones familiares, se basan en tres aspectos que son:

- *Unión y apoyo, libre expresión y dificultades en la familia:* esta es la principal propensión de los miembros de la familia para compartir tiempo juntos, actividades, cariño, apoyo, afecto, mismas que se relacionan con la cohesión y pertenencia del individuo.
- *Facilidad de expresión:* en cuanto a la demostración de sentimientos, pensamientos, emociones voluntarias y libres, incluyendo el grado de respeto por los demás integrantes de la familia.
- *Situaciones conflictivas que se presentan en el hogar:* que pueden generar mínima comunicación, socialización, afectividad, rencores e incluso la imposibilidad de solucionar problemas en la familia.



### 2.3. Tipos de Familia

La familia tiene diversas clasificaciones, esto va a depender de la estructura y el cambio social, entre ellas se destacan algunas mencionadas por Civera (2018, como se citó en Álvarez, 2020):

- *Familia Nuclear*: Se refiere al concepto tradicional de familia que socialmente se ha venido manejando; es decir, familias compuestas por madre, padre, hijos, hijas.
- *Familia Monoparental*: Consiste en una familia compuesta por un solo padre y sus hijos e hijas o puede ser padre y sus hijos e hijas, o madre y sus hijos e hijas.
- *Familia Extensa*: Es aquella que está conformada por varios parientes consanguíneos, en este tipo de familia se pueden encontrar abuelos, abuelas, tíos, tías, sobrinos, sobrinas, primos, primas, cuñados, cuñadas.
- *Familia Ensamblada*: La conforman dos o más familias, aunque también se incluyen aquellas familias formadas o sólo por hermanos, hermanas o sólo por amigos; es decir, se enfoca más en los sentimientos de convivencia, solidaridad, entre otros, dejando de lado la consanguinidad.
- Por otro lado, la *familia unipersonal* según Nave – Herz (2003, como se citó en Schatke, 2016) la define como aquella que está formada por una sola persona ya sea por decisión propia o por diversas situaciones.

### 2.4. Estrés Académico y Enfoque de Género

El estrés académico no se encuentra propiamente asociado ni al género femenino ni al masculino, debido a que los resultados son diferentes en las investigaciones encontradas; hay estudios en donde las mujeres presentan mayores niveles de estrés académico (Marty, Lavín, Figueroa, Larraín y Cruz, 2005; Jérez y Oyarzo, 2015), otros en donde los hombres tienen



niveles más altos de estrés académico (Caldera, Pulido y Martínez, 2007), y otros en donde no existe asociación del género con el estrés académico presentado (Barraza, 2004).

En este sentido, Barraza, Martínez, Silva, Camargo y Antuna (2012), explican que el estrés académico se puede presentar de acuerdo a las diferentes causas que vivencien o situaciones en las que se desarrollen las y los estudiantes, independientemente del género.

## **2.5. Educación Superior, Relaciones Familiares y Crisis Sanitaria Covid – 19**

Desde que la Organización Mundial de la Salud (OMS), decretó el Covid-19 como una pandemia, el mundo cambió bruscamente, notándose consecuencias en la salud, economía y la educación de las personas (González, 2020). Una de las medidas adoptadas por grandes organismos mundiales fue el confinamiento (cuarentena), como manera de frenar el número de contagios en la población y así evitar que se expanda el virus.

En el ámbito educativo, la suspensión de clases fue repentina para docentes, estudiantes y familias, donde, en la nueva normalidad, el tener que adaptarse a nuevos métodos educativos desafían los recursos tecnológicos, humanos, generando altos niveles de ansiedad, incertidumbre y preocupaciones en las personas (González, 2020). La crisis sanitaria Covid - 19, produjo una modificación en el sistema educativo, en donde las clases que inicialmente eran impartidas de manera presencial, hoy se realizan desde los hogares de cada estudiante, mediante plataformas digitales, lo que ha dificultado la interacción entre el docente y los estudiantes.

Al respecto, un estudio realizado por la Universidad Católica de la Santísima Concepción (2020) destaca que esta situación ha generado que los estudiantes universitarios presenten problemas relacionados con dificultades familiares, sobrecarga académica en modalidad virtual, problemas de ansiedad, entre otros.

Por otra parte, Acevedo (2020) menciona que el aislamiento y estar conviviendo de manera forzada y por largo tiempo, puede conllevar que la familia maneje la situación de dos maneras: la primera de forma positiva, porque les permite convivir más tiempo con los hijos



reforzando los lazos familiares; y la segunda que puede generar problemas psicológicos como estrés, enojo, ansiedad e irritabilidad.

Los adolescentes jóvenes entre 14 y 21 años de edad han sufrido algunas de las consecuencias de la crisis sanitaria, sus actividades habituales se modificaron generando frustraciones, y es en el hogar en donde es posible afrontar o no, las condiciones de la nueva normalidad que conlleva una serie de medidas de seguridad, que permiten que las personas retomem sus actividades, sin dejar de lado el autocuidado de la salud (Zerón, 2020).

La crisis sanitaria Covid -19, conlleva a que padres e hijos convivan más tiempo de lo habitual, por tal razón, las actividades laborales y académicas se trasladaron a la casa, por lo que estas medidas han generado que la convivencia en algunos casos sea positiva, porque permite que las familias compartan mayor tiempo y en otros casos negativas, porque las responsabilidades se incrementan pudiendo desencadenar sobrecargas en los miembros familiares, causando problemas de estrés y afecciones a nivel físico y psicológico (Alcaina, 2006, como se citó en Naranjo, Morales y Ron, 2020).

## **2.6. Marco Legal Referente**

En el decreto 1017 emitido por el ejecutivo, el día 12 de marzo del año 2020, se declaró emergencia sanitaria en todo el país con el fin de evitar la expansión del virus Covid – 19, dicha situación conlleva a que se tomen diversas medidas como la suspensión de actividades laborales y educativas, razón por la cual, estas se llevarán a cabo desde las casas mediante el uso de la tecnología de la información y comunicación (Moreno, 2020).

### **2.6.1. Declaración Universal de los Derechos Humanos**

El derecho a la educación de acuerdo con la Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas (2015), en la Declaración Universal de los Derechos Humanos, en el artículo 26, incisos 1 y 2 refiere que:

El acceso a los estudios superiores será igual para todos, en función de los méritos respectivos. La educación tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad



humana y el fortalecimiento del respeto a los derechos humanos y a las libertades fundamentales (p.54).

La familia es el núcleo fundamental de las sociedades, por ello es reconocida a nivel nacional e internacional; en la Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas (2015), la Declaración Universal de los Derechos Humanos, en el artículo 16, inciso 3, se define que “la familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado” (p.34).

### **2.6.2. Constitución de la República del Ecuador**

En la Constitución de la República del Ecuador (2008), en el artículo 6 menciona que el estado reconoce a la familia y sus diversos tipos, donde la obligación del mismo es protegerla, garantizando las condiciones para que los miembros puedan satisfacer sus necesidades y conseguir sus fines. Estas familias poseen vínculos jurídicos que deben basarse en la igualdad de derechos y oportunidades de todos sus integrantes.

En la Constitución de la República del Ecuador (2008), en el artículo 347, inciso 6, se destaca que una de las responsabilidades del Estado es eliminar la violencia y sus formas en el sistema educativo, velando por la integridad (física, psicológica y sexual) de los estudiantes.

### **2.6.3. Ley Orgánica de Educación Superior (LOES)**

Según el artículo 86 de la Ley Orgánica de Educación Superior, refiere que todas las Instituciones de Educación Superior, deben mantener unidades de Bienestar Estudiantil, los cuales estén destinados a ofrecer varias alternativas asistenciales a los estudiantes, con el fin de proteger sus derechos y obligaciones. Este departamento debe encargarse además de promover un ambiente educativo sano, libre de violencia física o psicológica, salvaguardando las integridades de los estudiantes, garantizando la protección de sus derechos (Asamblea Nacional, 2018).



#### **2.6.4. Plan Nacional “Toda una Vida”**

La educación es un derecho inherente a las personas ecuatorianas, por ende, la Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo (2017), en el Plan Nacional “Toda una Vida”, ubica en la política 1.6 perteneciente al Objetivo 1, “garantizar el derecho a la salud, la educación y al cuidado integral durante el ciclo de vida, bajo criterios de accesibilidad, calidad y pertinencia territorial y cultural” (p.58). Es decir, se busca brindar una educación apta que permita incluir categorías y posiciones académicas innovadoras, con el fin de respaldar el cumplimiento de las políticas y metas planteadas, en torno al acceso y culminación del nivel educativo de las personas.



## Capítulo III

### 3. Marco Metodológico

#### 3.1. Diseño de la Investigación

Se trata de una **investigación cuantitativa**, basada en el método hipotético deductivo; para lo cual, se inicia con la recolección de datos que permite aprobar o descartar la hipótesis que plantea que “el estrés académico de los y las estudiantes de primer ciclo de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Políticas y Sociales, de la Universidad de Cuenca incide negativamente en las relaciones familiares, durante la crisis sanitaria Covid - 19”.

La investigación se desarrolló con un nivel de profundidad **exploratorio y descriptivo**, debido a que se aborda una temática poco estudiada, en este caso la incidencia y nivel de estrés académico en las relaciones familiares de los y las estudiantes universitarios de primer ciclo, durante la crisis sanitaria Covid - 19.

Además, se consideró un nivel de profundidad **correlacional bilateral**, ya que tiene como objetivo conocer la que exista entre el estrés académico (variable independiente) y las relaciones familiares (variable dependiente) de las y los estudiantes universitarios de primer ciclo, durante la crisis sanitaria Covid - 19.

#### 3.2. Población Objeto de la Investigación

El universo poblacional corresponde a un total de 219 estudiantes matriculados en el período octubre 2020 - marzo 2021, del primer ciclo de las carreras de Derecho, Orientación Familiar, Género y Desarrollo y Trabajo Social de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad de Cuenca, es decir, se trabajó con un registro universal o censo.



**Tabla 1***Registro Universal de la Población de Estudio*

Carrera que Cursa	Sexo		Total
	Hombre	Mujer	
Derecho	37	60	97
Género y Desarrollo	13	27	40
Orientación Familiar	13	29	42
Trabajo Social	5	35	40
<b>Total</b>	<b>68</b>	<b>151</b>	<b>219</b>

**Fuente:** Universidad de Cuenca. (2021).

**Cuestionario:** "Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19"

**Elaborado por:** Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

### 3.3. Técnica e Instrumento para la Recolección de Información

La población se seleccionó de acuerdo a los siguientes autores: Barzallo y Moscoso (2015); Rosales (2016); Carrión (2017) y Gámez et ál. (2018), quienes mencionan en sus investigaciones que las y los estudiantes universitarios que presentan mayor estrés académico se encuentran cursando el primer ciclo. Cabe recalcar, que se aplicó para la recolección de datos un cuestionario con 70 preguntas cerradas. (Anexo 1 – 2 )

A partir de los instrumentos existentes (que se indican a continuación), se creó un nuevo cuestionario adaptado a la realidad estudiada denominado "Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19" para recopilar la información de las y los 219 estudiantes. Se diseñó el instrumento en mención a partir de reconocer la importancia y validez de dos instrumentos que actualmente se aplican por separado, por ello, se crearon nuevas preguntas que contribuyen al cumplimiento de los objetivos propuestos en el estudio. Los instrumentos en los que se basó el nuevo cuestionario son:



- **El inventario SISCO de estrés académico:** del autor Barraza Macías (2007) en México, cuyo objetivo es conocer las características del estrés académico en personas que cursan educación media superior y posgrado, además de describir el perfil de estrés académico. Este instrumento se encuentra organizado en 31 ítems y se plantea a partir de variables como: Nivel de Estrés Auto percibido, Estresores, Síntomas y Estrategias de Afrontamiento. Anexo 3
- **Escala de Evaluación de las Relaciones Intrafamiliares (E.R.I):** Este modelo surge de una investigación realizada por Rivera y Andrade (2010) en la ciudad de México, para medir el ambiente familiar. La escala está conformada por 37 ítems divididos en tres dimensiones: unión y apoyo, expresión y dificultad. Anexo 4

Se utilizó la plataforma Google Formularios. El cuestionario se aplicó a los y las estudiantes de los primeros ciclos de la Facultad de Jurisprudencia Ciencias Políticas y Sociales.

### **3.4. Validación de Cuestionario**

Para el ajuste y aplicación del cuestionario definitivo se realizó un pilotaje, considerando un 10% del total de estudiantes, objeto de estudio.

#### **3.4.1. Criterios de Inclusión y Exclusión**

Los **criterios de inclusión** considerados para levantar la información son: estudiantes universitarios matriculados en primer ciclo; que cursen todas las asignaturas de este nivel; y, que pertenezcan a las carreras de Derecho, Orientación Familiar, Género y Desarrollo y Trabajo Social de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad de Cuenca.

Los **criterios de exclusión** aplicados son: estudiantes universitarios que matriculados en primer ciclo hubiesen desertado de sus estudios; no se encuentren matriculados en todas las asignaturas del ciclo y aquellos que no colaboren completando el cuestionario.



### 3.4.2. Calificación del Cuestionario

El cuestionario aplicado se encuentra dividido en tres módulos:

1. Datos sociodemográficos
2. Estrés académico
3. Relaciones familiares

Se utilizó la escala de Likert. Se realizaron preguntas con una valoración del 1 al 5, en donde 1 significa bajo y 5 alto; también se incluyeron preguntas, cuya valoración fue inversa, es decir, para las cuales 5 es bajo y 1 es alto. El puntaje máximo y mínimo del segundo módulo referido al estrés académico se obtuvo mediante la suma algebraica de valores de las 33 preguntas cerradas realizadas, tal como se indica a continuación:

#### **Tabla 2**

*Escala Valorativa de Nivel de Estrés Académico*

<b>Niveles de estrés</b>	<b>Puntajes Máximos</b>	<b>Rangos</b>
Alto Estrés	93	79 – 93
Medio Alto	78	64 – 78
Medio	63	49 – 63
Medio bajo	48	34 – 48
Bajo	33	0 – 33

**Fuente:** Universidad de Cuenca. (2021).

**Cuestionario:** "Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19"

**Elaborado por:** Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

Para el tercer módulo se realizó la suma algebraica de los valores dados para cada una de las 22 preguntas, obteniendo los siguientes puntajes mínimos, máximos y los rangos.

**Tabla 3***Escala Valorativa de las Relaciones Familiares*

<b>Escala</b>	<b>Puntajes Máximos</b>	<b>Rangos</b>
Alto	110	89 – 110
Medio Alto	88	67 – 88
Medio	66	45 – 66
Medio Bajo	44	23 – 44
Bajo	22	0 – 22

**Fuente:** Universidad de Cuenca. (2021).

**Cuestionario:** "Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19"

**Elaborado por:** Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

Se utilizó la escala de Likert. Se realizaron preguntas con una valoración del 1 al 5, en donde 1 es bajo, es decir, para las y los estudiantes existe poca presencia de expresión, unión y apoyo de la familia, además de la presencia de dificultades en sus relaciones familiares; los siguientes niveles: medio bajo, medio, medio alto y alto, muestran que las y los estudiantes sienten menos o más comunicación, apoyo y convivencia familiar. A mayor rango, mejor calidad de las relaciones familiares, por tanto es un aspecto que podría incidir positivamente en el comportamiento de las y los estudiantes; lo contrario, a menor rango, las relaciones familiares podrían convertirse en factores reforzadores del estrés académico.

Para identificar si el estrés académico incide en las relaciones familiares, el proceso inició por segmentar la información por rangos, como se aprecia a continuación:

- Rango de causas de estrés académico: este abarca aquellas preguntas que se encuentran en el cuestionario de Barraza, que tratan sobre la competitividad y sobre la carga de actividades académicas e intranquilidad al no entender los temas que se abordan en clases.



- Rango de causas propuesta por las autoras de la presente investigación: el espacio en donde recibe clases; la irritabilidad por la falta de internet; la realización de actividades académicas fuera de casa; la actitud de las y los docentes con respecto a la adaptación universitaria; y, como estos han facilitado el proceso de enseñanza aprendizaje durante la crisis sanitaria.
- Rango de efectos físicos: incluye preguntas relacionadas con las actitudes de las y los estudiantes: problemas con morderse las uñas; problemas al dormir; cansancio; dolor de cabeza; dolor de espalda; problemas estomacales.
- Rango de efectos psicológicos: que agrupa la información sobre las preguntas orientadas a conocer: sentimientos de tristeza; problemas de concentración; y sentimientos de agresividad.
- Rango de los efectos conductuales: incluye información sobre el comportamiento del estudiante con respecto a su familia; su aislamiento; desganancia para realizar las actividades académicas; aumento del consumo de alimentos.

Los niveles de estrés académico, expuestos en la Tabla 9, exponen la intensidad del mismo; el nivel bajo, significa poca presencia de reacciones físicas, es decir las y los estudiantes no experimentaron problemas para dormir, dolores de cabeza, estomacales, entre otros; tampoco afirmaron sentir cambios en su comportamiento, tales como: desganancia para realizar actividades académicas; aumento de consumo de alimentos y manifestaciones psicológicas: sentimientos de tristeza, agresividad, problemas de concentración. Los niveles medio bajo, medio y medio alto significan que las y los estudiantes si experimentaron con menor o mayor intensidad reacciones o manifestaciones psicósomáticas (físicas, comportamentales, psicológicas) (Bedoya, Matos y Zelaya, 2014).



Para identificar las causas y efectos del estrés académico que incide en las relaciones familiares se utilizó la escala de Likert con la siguiente significancia: nunca (no lo ha presentado), rara vez (leve presentación), algunas veces (ocasionalmente), casi siempre (en su mayoría) y siempre (totalmente lo ha presentado).

Para medir la calidad de las relaciones familiares de la tabla 13, de los y las estudiantes se usaron los rangos de “expresión”, que significa el grado de demostración de sentimientos, pensamientos, comunicación y el respeto entre los miembros familiares, “unión y apoyo”, que significa la propensión a compartir actividades juntos, la demostración de afecto y cohesión familiar; y finalmente, el rango “dificultad” que hace relación a los conflictos, la mínima socialización, bajo grado de expresión, resentimientos, e inclusive la imposibilidad de poder solucionar situaciones complejas en la familia.

### **3.5. Análisis Estadístico**

Levantada la información de campo, a través de Google Formularios, se procedió a exportar los datos en el programa Microsoft Excel y posteriormente se los importó al programa estadístico SPSS 18.

El análisis de los datos se realizó a través de la aplicación de Estadística descriptiva, mediante el uso de tablas y gráficos, para caracterizar las variables de estudio y conocer el comportamiento del fenómeno social estudiado. Por otra parte, se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson, que permitió conocer la incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de las y los estudiantes universitarios de primer ciclo de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Políticas y Sociales.



## Capítulo IV

### 4. Análisis e Interpretación de los Resultados

A continuación, se presentan los datos mediante tablas y gráficos y su correspondiente descripción; se expone además, el análisis de correlación, a partir de la información dada por las y los estudiantes de primer ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, de la Universidad de Cuenca, para finalizar con la discusión de los principales resultados obtenidos.

#### 4.1. Caracterización Sociodemográfica

**Tabla 4**

*Datos Sociodemográficos: Porcentaje del Rango de Edad, Sexo, Orientación Sexual y Carrera que Cursan los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, de la Universidad de Cuenca, Período 2020 - 2021*

Rango de edad		17 a 36 años		Rango de edad recurrente		17 a 19 años	
<b>Sexo</b>		<b>Hombre</b>		<b>Mujer</b>			
		31,1%		68,9%			
		68		151			
<b>Orientación Sexual</b>		<b>Asexual</b>	<b>Bisexual</b>	<b>Gay</b>	<b>Heterosexual</b>		
		0,5%	4,6%	1,4%	93,6%		
<b>Carrera que Cursa</b>		<b>Derecho</b>	<b>Género y Desarrollo</b>	<b>Orientación Familiar</b>	<b>Trabajo Social</b>		
		44,3%	18,3%	19,2%	18,3%		
		97	40	42	40		

**Fuente:** Encuesta "Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19". Procesamiento en SPSS.

**Autoras:** Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

En este estudio participaron 151 mujeres y 68 hombres. El rango de edad predominante de la población se encuentra entre 17 - 19 años, siendo la edad promedio 19,55 años; el 93,6% de los y las estudiantes se identifican como heterosexuales.

**Tabla 5**

*Datos Sociodemográficos: Porcentajes del Área de domicilio, Estado Civil y Número de Hijos de los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, de la Universidad de Cuenca, Período 2020 - 2021*

<b>Área de domicilio</b>	<b>Urbano</b>		<b>Rural</b>		
	61,6%		38,4%		
	135		84		
<b>Estado Civil</b>	<b>Soltero</b>		<b>Casado</b>	<b>Unión Libre</b>	
	98,2%		0,9%	0,9%	
	215		2	2	
<b>Tiene Hijos/as</b>	<b>Si</b>		<b>No</b>		
	5,5%		94,5%		
<b>Número de hijos</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
	94,5%	3,7%	0,9%	0,5%	0,5%

**Fuente:** Encuesta "Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19". Procesamiento en SPSS.

**Autoras:** Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

La mayoría de los estudiantes encuestados y encuestados manifiestan que viven en el área urbana. El porcentaje de solteros y solteras es el que mayor predomina en el estudio, abarcando al 98,2% de la población; el 5,5% de estudiantes tienen desde uno hasta cuatro hijos e hijas y el 94,5% no tienen ninguno.



**Tabla 6**

*Datos Sociodemográficos: Porcentaje de los y las Estudiantes de Primer Ciclo que son Jefes y Jefas de Familia de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, de la Universidad de Cuenca, Período 2020 - 2021*

	<b>Usted</b>	<b>Hermanos o hermanas</b>	<b>Padre/madre</b>	<b>Padre</b>	<b>Madre</b>	<b>Esposu o esposa</b>
	1,8%	0,5%	0,5%	54,3%	34,7%	104%
	4	1	1	119	76	3
<b>Jefe de familia</b>	<b>Abuelos o abuelos</b>	<b>Padre, madre, hermanos, sobrinos, cuñados e hijos</b>	<b>Tíos o tías</b>	<b>Cuñados o cuñadas</b>	<b>Padrastru</b>	
	3,7%	0,5	1,4%	0,5%	0,9%	
	8	1	3	1	2	

**Fuente:** Encuesta "Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19". Procesamiento en SPSS.

**Autoras:** Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

Cinco de cada diez estudiantes de primer ciclo, afirmaron que el jefe de familia es el padre; mientras que tres de cada diez, dijeron que es la madre. Un porcentaje, aunque no tan significativo, corresponde a las y los estudiantes que se identificaron como jefes o jefas de familia (1.8%). Asumir esta responsabilidad puede implicar un incremento en la sobrecarga de actividades y como consecuencia podría aumentar los niveles de estrés.

**Tabla 7**

*Datos Sociodemográficos: Porcentajes del Número de integrantes de la Familia y sobre el Tipo de Familia de los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, de la Universidad de Cuenca, Período 2020 – 2021*

<b>Número de integrantes de la familia</b>	<b>1 - 2</b>	<b>3 - 4</b>	<b>5 - 6</b>	<b>7 - 8</b>	<b>9 – 10</b>	<b>11 – 12</b>
	4,1%	38,8%	43,8%	10,0%	2,3%	0,9%
	9	85	96	22	5	2

<b>Tipo de familia</b>	<b>Nuclear</b>	<b>Monoparental</b>	<b>Extensa</b>	<b>Unipersonal</b>	<b>Ensamblada</b>
	56,2%	23,7%	16,4%	1,8%	1,8%
	123	52	36	4	4

**Fuente:** Encuesta “Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19”. Procesamiento en SPSS.

**Autoras:** Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

El 43,8% de estudiantes se encuentran entre 5 – 6 miembros familiares; sin embargo, hay que tomar en cuenta que existe un 0,9% de estudiantes con familias integradas hasta por 11 personas. La familia predominante en el estudio es la nuclear, con 56,2%, la cual se conforma por madre, padre e hijos o hijas.

**Tabla 8**

*Datos Sociodemográficos: Porcentaje de los y las Estudiantes de Primer Ciclo que Trabajan, realizan Teletrabajo, Tienen Internet y Cómo Evalúan su Conexión a Internet de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, de la Universidad de Cuenca, Período 2020 - 2021*

	<b>Si</b>	<b>No</b>	
<b>Trabaja</b>	19,2%	80,8%	
	42	177	
	<b>Si</b>	<b>No</b>	
<b>Teletrabajo</b>	3,7%	96,3%	
	8	211	
	<b>Si</b>	<b>No</b>	
<b>Tiene internet</b>	99,5%	0,5%	
	218	1	
	<b>Buena</b>	<b>Mala</b>	<b>Regular</b>
<b>Cómo evalúa la conexión a internet</b>	27,9%	9,6%	62,6%
	61	21	137

**Fuente:** Encuesta “Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19”. Procesamiento en SPSS.

**Autoras:** Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

Del 19,2% de estudiantes que trabajan, el 3,7% se dedican a llevar a cabo el teletrabajo, actividad que es realizada fuera del área laboral con ayuda de las tecnologías de información y comunicación (Organización Internacional del Trabajo, 2020).

El 99,5% de los y las estudiantes tienen acceso a internet; sin embargo, el 62,6%, es decir, más de la mitad de la población encuestada, evalúa la conexión de internet como regular, situación que puede generar dificultad en la conexión para las clases virtuales, el rendimiento de pruebas, exámenes o trabajos conjuntos en línea.



## 4.2. Resultados de Estrés Académico

### 4.2.1. Nivel de Estrés Académico en los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales

Tabla 9

*Nivel de Estrés Académico de los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, de la Universidad de Cuenca, Período 2020 - 2021*

Nivel de estrés académico	Frecuencia	Porcentajes
Medio bajo	14	6,4
Medio	115	52,5
Medio Alto	85	38,8
Alto Estrés	5	2,3
<b>Total</b>	<b>219</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Encuesta “Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19”. Procesamiento en SPSS.

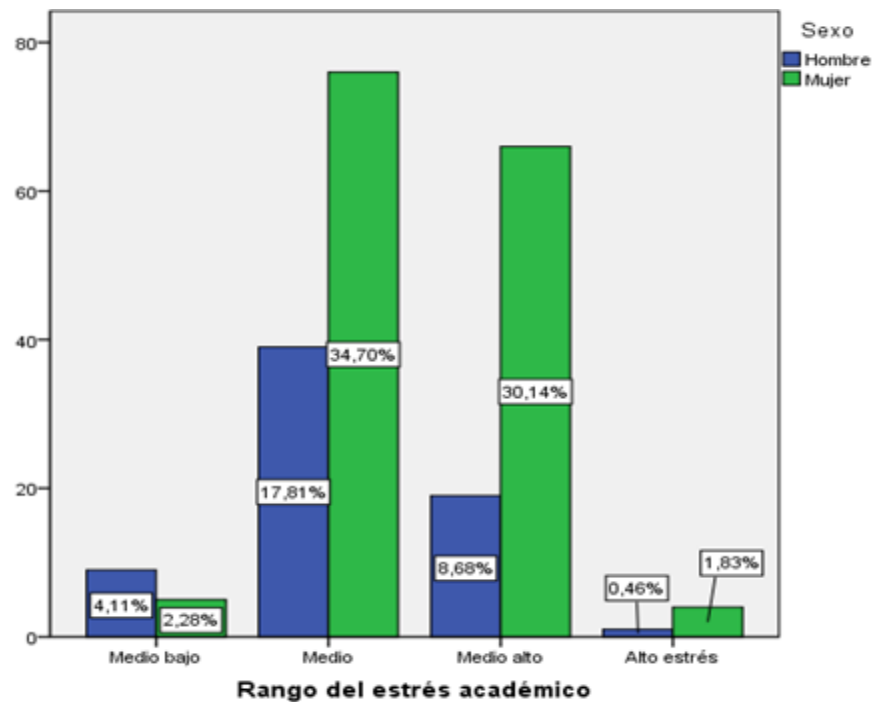
**Autoras:** Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

Se evidencia que el 52,5% de estudiantes universitarios de primer ciclo, presentan un nivel medio de estrés académico y aproximadamente 4 de cada diez estudiantes, registraron un nivel medio alto y alto de estrés académico. Barraza (2008) menciona que quizá la adaptación, la competitividad académica, el ambiente educativo, el desconocimiento de la planta docente y de los retos que implica la educación universitaria, son factores reforzadores del estrés y podrían ser susceptibles de deserción.

#### 4.2.2. El Estrés Académico en los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales

##### Gráfico 1

*Nivel de Estrés Académico de los y las estudiantes de Primer Ciclo, de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, Según el Sexo, Período 2020-2021 (en porcentajes)*



**Fuente:** Encuesta "Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19". Procesamiento en SPSS.

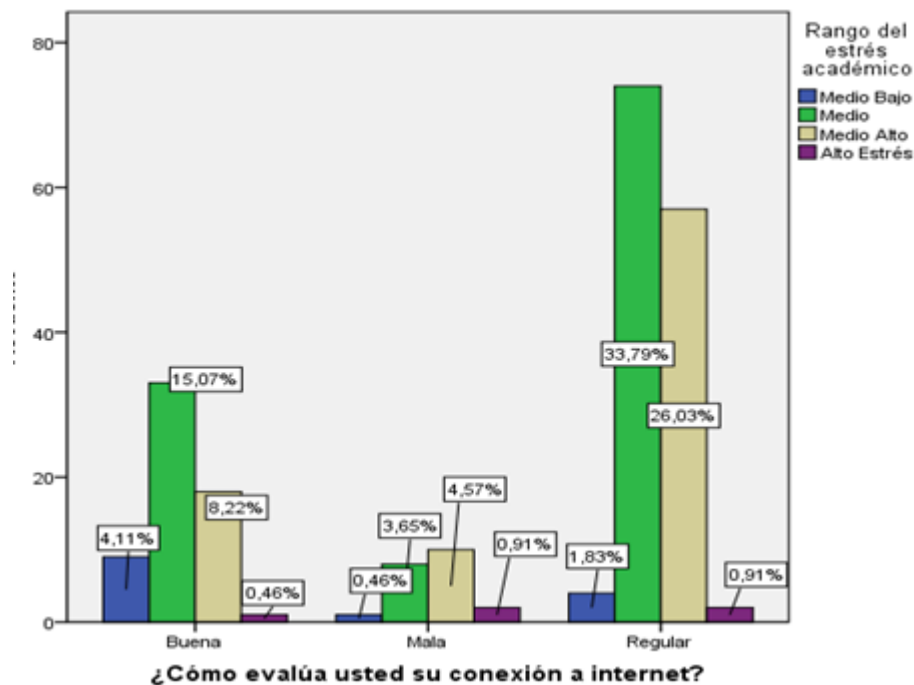
**Autoras:** Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

En esta investigación, se encontró predominancia de estrés académico en las mujeres, siendo el 65,1% que presentan niveles medio y medio alto, en comparación del 26,49 de hombres en los mismos niveles. Chacón (2018) menciona que en algunos casos el estrés académico se asocia a las mujeres, en otros a los hombres y en otras ocasiones no necesariamente se relacionan al sexo de los y las estudiantes.

#### 4.2.3. Acceso a Internet, un Factor que Incide en el Estrés Académico de la Población Estudiantil

##### Gráfico 2

*Nivel de Estrés Académico de los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, Según la Conexión a Internet, Período 2020 - 2021 (en porcentajes)*



**Fuente:** Encuesta "Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid - 19". Procesamiento en SPSS.

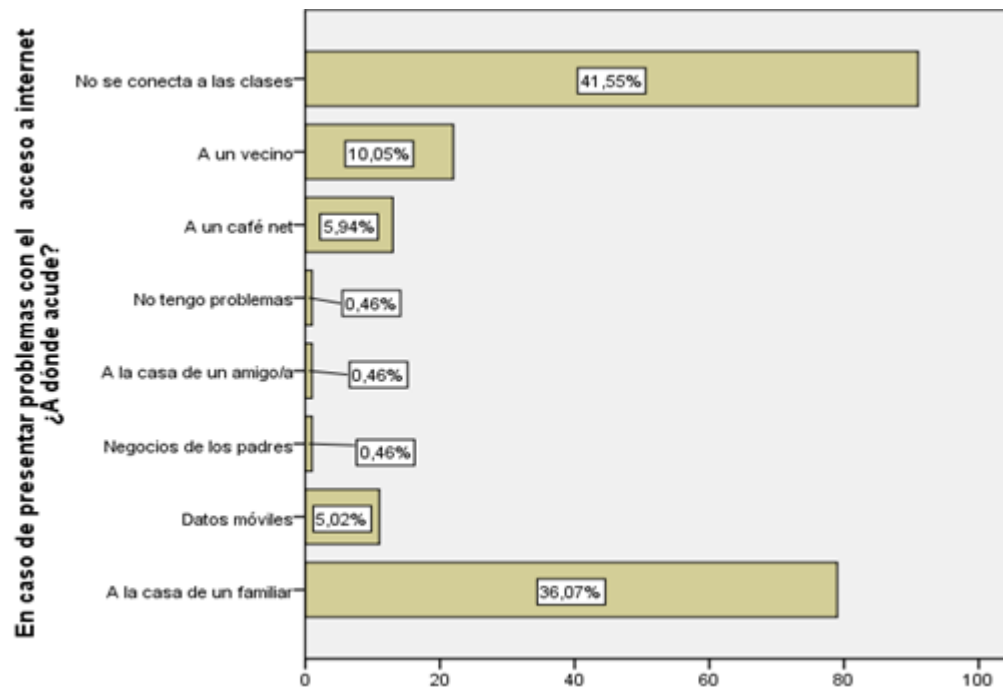
**Autoras:** Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

La mayoría de estudiantes afirman poseer internet, excepto uno; sin embargo, hay que considerar que el 62,56% se sitúan en los niveles medio y medio alto de estrés académico, interpretando su conexión de internet como regular. Esta situación puede generar inconvenientes, sobre todo al momento de conectarse a las clases virtuales, rendir pruebas y trabajos en línea, trabajos grupales, entre otros aspectos.

#### 4.2.4. Problemas con el Acceso a Internet y la Ausencia de las y los Estudiantes en el Aula Virtual

##### Gráfico 3

*Ausencia al Aula Virtual por Problemas de Conectividad de los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, Período 2020 - 2021 (en porcentajes)*



**Fuente:** Encuesta “Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19”. Procesamiento en SPSS.

**Autoras:** Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

El 41,55% de estudiantes que presentan problemas de conectividad, manifiestan no conectarse a clases, lo cual, según la Federación de Estudiantes Universitarios del Ecuador (citado en Vistazo, 2020), puede repercutir directamente en los estudios de la población universitaria, provocando incluso la deserción estudiantil, especialmente, de aquellos que residen en áreas rurales.



Por otro lado, aproximadamente, 4 de cada diez estudiantes universitarios de primer ciclo, aseguran conectarse al aula o realizar sus labores académicas, apoyándose del internet que se encuentra en la “casa de un familiar”. El resto de estudiantes, buscan diversas formas de conectividad, con el fin de asistir a las clases y cumplir sus tareas. Se encontró que se ubican en los niveles medio y medio alto de estrés al respecto de esta situación.

#### 4.2.5. Estado Civil de los y las Estudiantes Según el Nivel de Estrés Académico

**Tabla 10**

*Nivel de Estrés Académico Según el Estado Civil de los Estudiantes*

Estado Civil	Nivel de estrés académico				Total
	Medio Bajo	Medio	Medio Alto	Alto Estrés	
<b>Casado</b>	0%	0%	0,9%	0%	0,9%
<b>Unión Libre</b>	0%	0,9%	0%	0%	0,9%
<b>Soltero</b>	6,4%	51,6%	37,9%	2,3%	98,2%
<b>Total</b>	6,4%	52,5%	38,8%	2,3%	100,0%

**Fuente:** Encuesta “Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19”. Procesamiento en SPSS.

**Autoras:** Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

Se observa que el 89,5% de estudiantes solteros, se encuentran en los niveles medio y medio alto de estrés. Esto puede deberse a que en este grupo independientemente de su estado civil, los y las estudiantes pasan más tiempo solos, sin tener compañía sentimental constante, lo cual hace que prefieran aislarse y sentir que no encuentran apoyo familiar o de pareja cuando se sienten estresados.





### 4.3. Causas y Efectos que Produce el Estrés Académico en las Relaciones Familiares

#### 4.3.1. Causas del Estrés Académico

Tabla 11

*Causas del Estrés Académico en los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales*

Causas del estrés académico	Nunca	Rara Vez	Algunas Veces	Casi Siempre	Siempre
Irritabilidad mientras recibe clases	2,3%	12,3%	21,0%	19,2%	<b>45,2%</b>
Competitividad académica	15,5%	22,8%	<b>27,4%</b>	17,4%	16,9%
Sobrecarga de actividades académicas	4,1%	21,5%	<b>49,8%</b>	19,6%	5,0%
Proceso de enseñanza aprendizaje impartido por docentes	3,2%	9,6%	27,9%	<b>38,4%</b>	21,0%
Intranquilidad por no entender los temas en clases	3,7%	19,2%	<b>36,1%</b>	19,2%	21,9%

*Fuente: Encuesta "Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19". Procesamiento en SPSS.*

*Autoras: Joseline Alvarez y Michelle Auquilla*

Se observa que, el 45,2% de los y las estudiantes manifiestan presentar siempre irritabilidad al momento de recibir clases; el 27,4% ha percibido algunas veces este estrés académico debido a la competitividad que existe con las y los compañeros del aula; además, el 49,8% ha expresado sentir sobrecarga de actividades académicas en algunas ocasiones, tomando en cuenta que un 38,4% han sentido que los procesos de enseñanza aprendizaje impartidos por los y las docentes se les ha facilitado algunas veces, lo cual puede deberse a que estos estudiantes no se han podido adaptar aún a las metodologías utilizadas frente al contexto



actual; finalmente, el 21,9% afirman encontrarse siempre intranquilos por no entender los temas que se abordan en clases.

#### 4.3.2. Efectos que Genera el Estrés Académico en las Relaciones Familiares

**Tabla 12**

*Efectos que Genera el Estrés Académico en los y las Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales*

Efectos	Nunca	Rara Vez	Algunas Veces	Casi Siempre	Siempre
<b>Realización de actividades con la familia</b>	4,1%	31,5%	<b>33,3%</b>	22,4%	8,7%
<b>Expresión familiar</b>	6,4%	12,3%	27,4%	<b>31,1%</b>	22,8%
<b>Aportes en la toma de decisiones importantes</b>	0,5%	11,0%	25,6%	30,1%	<b>32,9%</b>
<b>Espacio para dialogar sobre dificultades</b>	9,1%	26,5%	<b>28,3%</b>	17,8%	18,3%
<b>Presencia de acuerdos en caso de que se rompan las reglas de convivencia</b>	18,7%	26,0%	<b>26,9%</b>	16,4%	11,9%
<b>Presencia de problemas en las relaciones familiares</b>	19,2%	34,7%	<b>35,6%</b>	6,4%	4,1%
<b>Impedimento para compartir con la familia por las tareas académicas</b>	14,6%	25,1%	<b>35,6%</b>	20,1%	4,6%

*Fuente:* Encuesta "Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19". Procesamiento en SPSS.

*Autoras:* Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

Se observa, que el 33,3% de la población estudiantil estresada "sí" realiza actividades con su familia, aunque estas sean llevadas a cabo ocasionalmente, este tipo de prácticas podrían ayudar a que el estrés pueda ser controlado de alguna manera, pero dependerá de los contextos



en los que se desenvuelven los y las estudiantes, no siempre, el entorno familiar es un entorno de protección. El 4,1% no realiza actividades familiares.

Con respecto a la expresión de emociones, sentimientos y opiniones en la familia, el 31,1% de los y las estudiantes, reconocen que casi siempre logran expresarse en sus entornos familiares. El resto de estudiantes, que padecen estrés académico, se ven afectados en sus relaciones familiares, pues es más complicado el diálogo o la interacción con sus padres, madres, hermanos u otros parientes.

Al presentarse estrés académico en los y las estudiantes pueden surgir momentos en los que las reglas de convivencia familiar sean quebrantadas. Apenas 3 de cada diez estudiantes, aproximadamente, afirman haber tenido alguna vez acuerdos para sobrellevar estas situaciones; mientras que un 35,6% de ellos, exponen que presenciaron problemas con sus familiares. Este mismo porcentaje señala que las tareas académicas son las que les impiden compartir con la familia. Lo expuesto, implica que, si no hay procesos de prevención y atención del estrés académico, los efectos más graves en sus entornos familiares pueden traducirse en, por ejemplo, otros tipos de enfermedad mental, como la depresión; o generar deserción de la educación superior, bajo rendimiento; abandono a la familia, o situaciones de violencia extremas.



### 4.3.3. Calidad de las Relaciones Familiares de los y las Estudiantes de Primer Ciclo

**Tabla 13**

*Calidad de las Relaciones Familiares*

<b>Calidad de las Relaciones Familiares</b>	<b>Rango Expresión</b>	<b>Rango Unión y Apoyo</b>	<b>Rango Dificultad</b>
	Porcentaje	Porcentaje	Porcentaje
<b>Bajo</b>	0%	0,5%	0%
<b>Medio Bajo</b>	7,08%	4,1%	35,2%
<b>Medio</b>	24,2%	21,9%	60,7%
<b>Medio Alto</b>	38,4%	41,1%	4,1%
<b>Alto</b>	29,7%	32,4%	0%
<b>Total</b>	100,0%	100,0%	100,0%

*Fuente:* Encuesta "Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19". Procesamiento en SPSS.

*Autoras:* Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

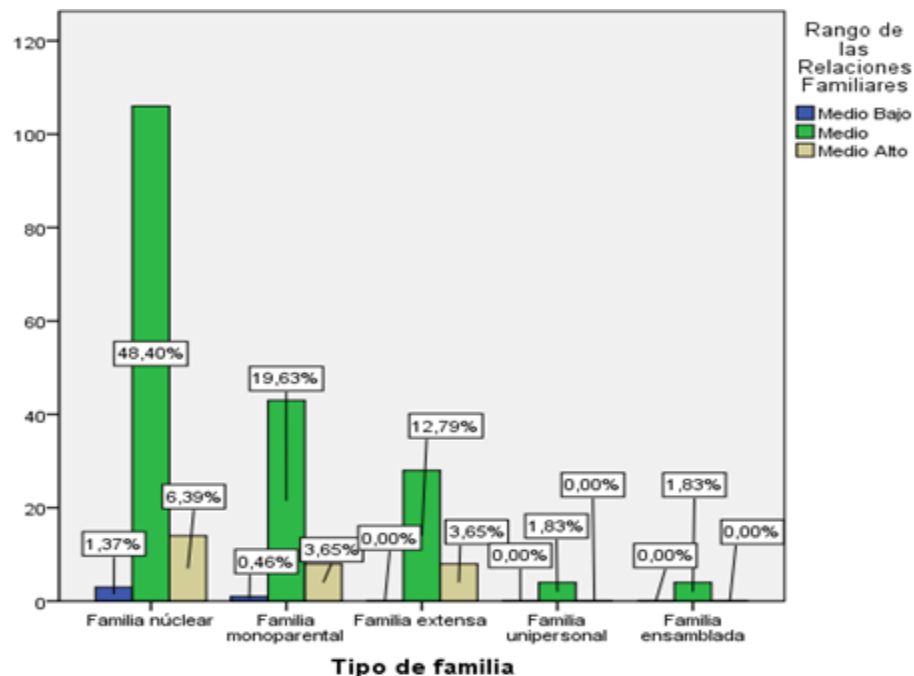
Se observa que el 41,1% de estudiantes se ubican en la subescala de unión y apoyo; y el 38,4% en la subescala de expresión y unión y apoyo, sugiriendo que presentan relaciones familiares basadas en buena comunicación, cohesión y apoyo familiar. Este aspecto puede señalar un factor protector a la hora de afrontar el estrés académico en los estudiantes universitarios.

Por otra parte, el 60,7% se ubica en la subescala de dificultad, indicando que seis de cada diez estudiantes, consideran que las problemáticas familiares aún son difíciles de sobrellevar, lo que puede generar una mínima expresión de sus dificultades académicas, baja socialización familiar acarreando consecuencias a nivel familiar (Alvarado, 2018; Arellano et al; 2019).

#### 4.3.2. Relaciones Familiares Según el Tipo de Familia

##### Gráfico 4

*Nivel de Relaciones Familiares de los Estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, Según el Tipo de Familia, Período 2020 - 2021 (en porcentajes)*



**Fuente:** Encuesta "Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19". Procesamiento en SPSS.

**Autoras:** Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

El 48,40% de estudiantes de primer ciclo, pertenecen a familias nucleares que se encuentran en nivel medio, es decir, son familias que pese a presentar conflictos, aún mantienen grados de cohesión, afecto, apoyo, comunicación y respeto, aunque se les dificulte la plena socialización y toma de decisiones importantes entre los miembros familiares; de la misma manera el 19,63% de familia monoparental y el 12,79% de familia extensa.

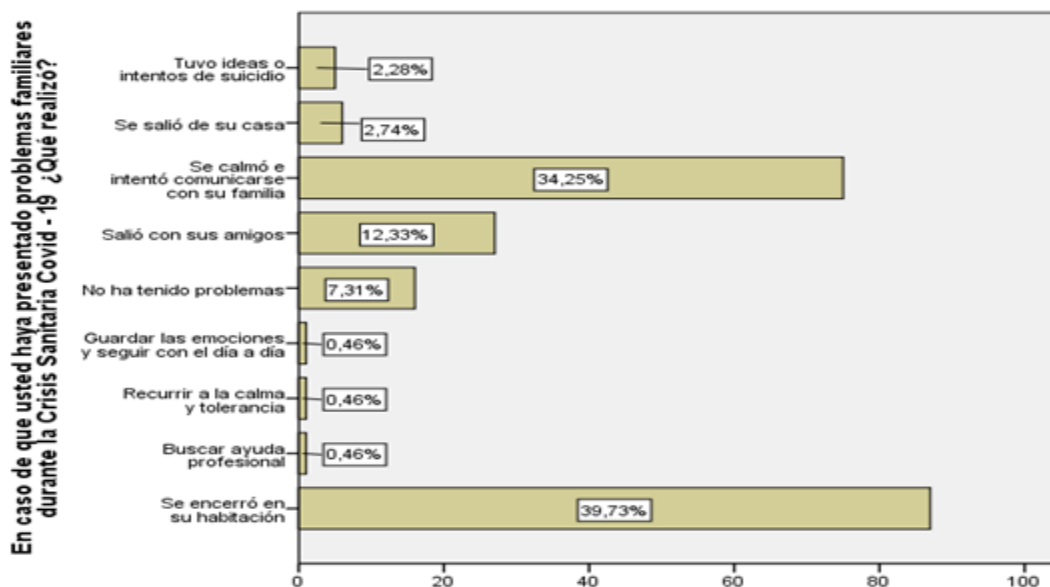
De este grupo tan solo el 13,7% presentan un nivel medio alto de relaciones familiares, lo que significa que el grado de unión y apoyo, expresión e incluso las problemáticas familiares son manejadas de mejor manera.

### 4.3.3. Acciones de las y los Estudiantes Universitarios al Presentar Problemas

#### Familiares

#### Gráfico 5

Acciones que realizan los y las Estudiantes de Primer Ciclo que Hayan Presentado Problemas Familiares Durante la Crisis Sanitaria Covid - 19 en la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales Período 2020 - 2021(en porcentaje)



**Fuente:** Encuesta “Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19”. Procesamiento en SPSS.

**Autoras:** Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

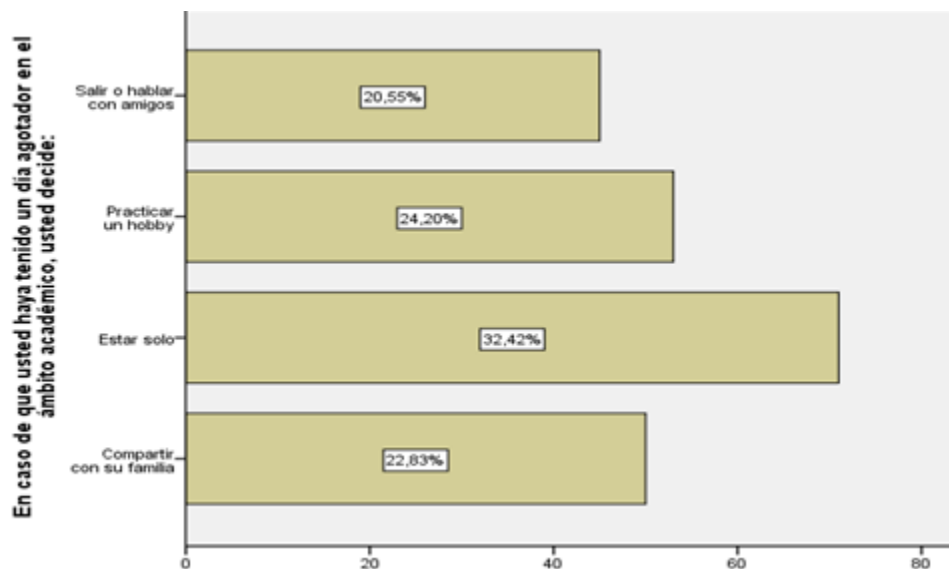
El 39,73% de las y los estudiantes que presentaron problemas familiares durante la crisis sanitaria Covid-19, respondieron “encerrarse en su habitación”, en lugar de comunicarse con otros integrantes de la familia. Este porcentaje de estudiantes posiblemente son los que presentan dificultades a nivel familiar. Así mismo, el contexto actual representa gran influencia en la presencia de factores como ansiedad y estrés, como lo indican Reyes y Trujillo (2020), afirmando que la pandemia es un problema sanitario que ha traído malestar a nivel psicológico, familiar, emocional y social en las personas.

Por otro lado, el 34,25% de estudiantes prefirieron “calmarse e intentar comunicarse con la familia”, lo cual según Grisanti (2020) es un factor importante a la hora de la toma de decisiones, debido a que la expresión permite a los y las estudiantes aliviar malestares y molestias disminuyendo a su vez la ansiedad que estas situaciones puedan causarles.

#### 4.3.4. Actividades que Realiza la Población Estudiantil Luego de un Día Agotador en el Ámbito Académico

##### Gráfico 6

*Actividades que Realizan los y las Estudiantes De Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales, Luego de Presentar un Día Agotador en el Ámbito Académico Período 2020 - 2021*



**Fuente:** Encuesta “Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19”. Procesamiento en SPSS.

**Autoras:** Joseline Alvarez y Michelle Auquilla

El 32,42% de las y los estudiantes prefieren mantenerse en soledad cuando han tenido un día agotador en la Universidad. Según Marini (2019) las personas necesitan tomarse un tiempo para auto conocerse, debido a que el ajetreo diario provoca que nos olvidemos de nosotros mismos; a partir de esta práctica, también se podría producir mejoras en las actividades compartidas con los familiares, amigos o personas cercanas, siendo vital para



afrontar las situaciones difíciles. Dos de cada 10 estudiantes acuden a la práctica de un hobby, como un medio para descansar y retomar energías; el 22% prefiere “compartir con su familia”, por tanto, las estrategias para disminuir el estrés académico, seguro estarán orientadas a fortalecer este entorno de protección o seguridad. Un 20% acude a las y los amigos, de allí, que, en el marco de las estrategias, es importante la consideración de estas preferencias manifestadas por los jóvenes universitarios, cuyo proceso de adaptación en contextos de crisis está aún en ciernes.

#### 4.4 Incidencia del Estrés Académico en las Relaciones Familiares. Un Análisis de Correlación

En la tabla 14, se puede observar una correlación entre los rangos de las subescalas de estrés académico: causas y manifestaciones físicas, conductuales y psicológicas, con las subescalas de relaciones familiares: unión y apoyo, expresión y dificultades.

**Tabla 14**

*Correlación de estrés académico con las Relaciones Familiares*

Correlación	Rango de Dificultad	Rango de Expresión	Rango de Unión y Apoyo
Rango de las Causas de Estrés Académico	,269**	-,094	-,171*
Rango de las Causas Propuestas por las Autoras	,195**	-,287**	-,248**
Rango de los Efectos Físicos	,331**	-,209**	-,231**
Rango de los Efectos Psicológicos	,425**	-,253**	-,284**
Rango de los Efectos Conductuales	,405**	-,360**	-,299**

*Fuente: Encuesta “Incidencia del estrés académico en las relaciones familiares de estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid – 19”. Procesamiento en SPSS.*

*Autoras: Joseline Alvarez y Michelle Auquilla*





Se observa que la subescala dificultad se correlaciona con todos los factores de estrés académico, indicando que a mayor estrés académico percibido por los y las estudiantes, también se experimenta mayor dificultad en las relaciones familiares.

En cuanto, al rango de expresión y unión y apoyo, existe una correlación negativa, lo que significa que, mientras mayor sea el estrés académico experimentado por los y las estudiantes, menor será el grado de expresión, unión y apoyo en las relaciones familiares; sin embargo, la incidencia de las causas del estrés académico relacionadas con las mayores o menores posibilidades de expresión o diálogo familiar, no muestra una correlación consistente.

#### **4.5. Un Análisis de los Principales Resultados a Partir del Modelo Sistémico-Cognitivo y el Modelo Familiar (Discusión)**

Se destaca que el 52,5% de estudiantes de primer ciclo, presentan un nivel medio de estrés académico, sin embargo, estos datos difieren con los estudios de Barraza (2005 y 2008) aplicados en alumnos y alumnas de media superior y maestrías, quienes presentan un estrés académico que se ubica en el nivel medianamente alto.

En este estudio las mujeres presentaron mayor nivel de estrés académico que los hombres; tal cual indican los resultados de Bedoya et al., (2014), en donde, los hombres presentan 72,73% de estrés y las mujeres 82,95%, cabe recalcar que en los resultados de ambos estudios, la población de mujeres es mayor a la de hombres; estos datos para Díaz, Arrieta y González (2014) sitúan a las mujeres como un grupo con mayores posibilidades para presentar este tipo de afecciones en su salud mental; sin embargo, para Chacón (2018) el estrés no necesariamente se debe asociar al sexo.

Las y los participantes del estudio presentaron diversas causas de estrés académico, siendo las más predominantes la irritabilidad de los y las estudiantes al momento de recibir clases, la sobrecarga académica, la intranquilidad por no entender los temas que se abordan en clases e inclusive la falta de conectividad a internet, datos que coinciden con el estudio de Barraza (2008) en donde la sobrecarga académica se presenta con mayor frecuencia, y la



intranquilidad por no entender los temas que se abordan en clases y la competencia entre compañeros de clases con menor frecuencia.

Con respecto a los efectos del estrés académico en las relaciones familiares, se puede evidenciar que se presentan estudiantes que han tenido problemas en sus relaciones familiares; sin embargo, aspectos como la expresión toma de decisiones importantes y espacios para dialogar sobre problemas familiares, son valores significativos, lo cual quiere decir que, a pesar de las dificultades familiares existentes, las dimensiones como unión, expresión y apoyo presentan niveles adecuados, resultados que concuerdan con la investigación de Domínguez (2014), quien en su estudio demuestra que la población estudiantil mantiene relaciones de comunicación, afecto y cohesión intrafamiliar, aunque un 25% de esta población de estudio manifestó tener dificultades familiares.

Las manifestaciones del estrés académico sean físicas, conductuales, psicológicas, si presentan correlación con las dimensiones de las relaciones familiares, indicando que, a mayor estrés académico, mayores serán las dificultades familiares y menores los factores de expresión, unión y apoyo y viceversa, es decir que, mientras mayor estrés más efectos y dificultades en la familia y mientras mayor expresión y unión y apoyo menor estrés académico se presenta en los y las estudiantes. Estos datos, concuerdan con los estudios realizados por Domínguez (2014) y Alvarado (2018).



## Capítulo V

### 5. Plan de intervención

#### **Plan de Intervención para el Manejo del Estrés Académico de las y los estudiantes de Primer Ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad de Cuenca**

El siguiente plan de intervención para el manejo de estrés académico de los y las estudiantes de primer ciclo, se encuentra estructurado de acuerdo a dos modelos base que guían este proyecto de investigación, mismos que son: el Modelo Sistémico Cognoscitivista de Arturo Barraza (2010) y el Sistémico Familiar de María José Escartín (1992).

Los modelos sistémicos desarrollados por ambos autores, centran su explicación en que el ser humano forma parte de un todo y cuando un sistema se ve afectado desequilibra a la totalidad; es decir, el individuo forma parte de diversos contextos sociales, familiares, educativos (sistemas) que se interrelacionan e influyen entre sí; sin embargo, cuando existen conflictos externos como: competitividad académica, malas relaciones familiares, ambiente educativo desagradable, exigencia de trabajos complejos, falta de comunicación y empatía en la familia, deficiencia de medios tecnológicos, pueden desencadenar en un malestar interno para el estudiante y esto a su vez afecta al entorno en el que se desenvuelve. Siendo así, se pone en marcha la parte cognoscitivista que consiste en comprender estos factores internos que ponen en riesgo el equilibrio individual, por lo tanto, con este plan se busca contribuir al manejo de estrés académico de las y los estudiantes de primer ciclo, independientemente de los datos sociodemográficos atribuidos a ellas y ellos, mediante estrategias de intervención enfocadas en el bienestar estudiantil, desde el área de Trabajo Social.



### 5.1. Matriz del Plan de Intervención

#### Matriz del Plan de Intervención para el manejo del estrés académico de las y los estudiantes de primer ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad de Cuenca

**Objetivo General:** Contribuir al manejo del estrés académico mediante estrategias de intervención enfocadas en mejorar las relaciones interpersonales y familiares de las y los estudiantes de primer ciclo de la Universidad de Cuenca, desde el área de Trabajo Social.

Problemas	Objetivos	Estrategias	Fundamento	Resultados esperados	Responsable
Las y los estudiantes presentan un nivel medio de estrés académico.	Promover una interacción asertiva entre docentes y estudiantes a partir de procesos metodológicos de enseñanza aprendizaje, acordes con el	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización de un diagnóstico comunitario de estudiantes y docentes, para identificar las necesidades en cuanto a las tecnologías de información y comunicación, para brindar la ayuda oportuna.</li> <li>- Sensibilización a las y los docentes sobre las</li> </ul>	Según Porras, Araya y Fallas (2014), mencionan que las calificaciones regulares, instruirse y no obtener los puntajes esperados, disparidad con las y los docentes debido a la falta de motivación o	Reducción del nivel de estrés académico de los estudiantes de primer ciclo, a partir de planificaciones metodológicas y	Unidad de Bienestar estudiantil. Vicerrectorado Académico Subdecanato. Directores de las carreras y



	<p>contexto de la crisis sanitaria Covid – 19, con el fin de reducir el estrés académico.</p>	<p>consecuencias que desencadena la sobrecarga de tareas académicas en los estudiantes de primer ciclo.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Creación de espacios de socialización virtual sobre interacción asertiva entre docentes y estudiantes, para incentivar una mejor relación.</li><li>- Incitar a las y los estudiantes universitarios a formar parte de grupos de estudio voluntario en línea, supervisados por el docente, los cuales estén enfocados en el autoaprendizaje individual y progresivo.</li></ul>	<p>comprensión por parte de algunos profesores y la sobrecarga académica, son algunos factores que aumentan el riesgo para que se generen estresores académicos.</p>	<p>apertura de espacios de socialización.</p>	<p>docentes de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales.</p>
--	---	---	--	---	--



	<p>Proporcionar estrategias de intervención para el manejo de estrés académico en los y las estudiantes de primer ciclo.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Integración de la materia “Salud Mental” como materia optativa independientemente de la carrera que cursa.</li><li>- Capacitaciones sobre el manejo del estrés, aplicando las técnicas de: musicoterapia, cromoterapia, aromaterapia y ejercicios de respiración.</li><li>- Priorizar y optimizar el apoyo terapéutico para las y los estudiantes.</li></ul>	<p>El ser humano puede desarrollar estrategias que contribuyan a un mejor estilo de vida, por ello la gestión académica deberá priorizar el bienestar mental, físico, académico de los y las estudiantes; es decir, un sistema educativo que fomente la empatía y sensibilidad a las situaciones estudiantiles (Porrás, Araya y Fallas, 2014).</p>	<p>Conocimiento sobre el manejo de estrés académico por parte de los y las estudiantes de primer ciclo, garantizando un desarrollo personal y estudiantil pleno</p>	<p>Unidad de Bienestar estudiantil Instituto de Criminología, Criminalística e Intervención Psicosocial Familiar. Rectorado de la Universidad de Cuenca.</p>
--	--	--	--	---	--



<p>Incidencia de estrés académico en las relaciones familiares de las y los estudiantes.</p>	<p>Desarrollar herramientas de intervención mediante la aplicación de técnicas de prevención que permitan la reestructuración de las interacciones familiares.</p>	<p>- Realización de un <b>curso virtual</b> integrado por cuatro módulos, dirigido a estudiantes de los primeros ciclos y padres de familia interesados.</p> <p>Los módulos estarán compuestos por: 1- Manejo de comunicación asertiva y sincrónica y asincrónica en la familia.</p> <p>2- Motivación a los miembros del núcleo familiar para la creación de reglas de convivencia que faciliten las relaciones familiares.</p>	<p>En las relaciones familiares es necesario mantener una adecuada comunicación y expresión familiar, apoyo y resiliencia, mismos que permitan a las familias afrontar las dificultades que se presenten (Armesto, Bejarano y Beltran, 2020).</p>	<p>Estudiantes de primer ciclo que posean conocimientos sobre herramientas que permiten fortalecer las relaciones familiares ante situaciones de estrés académico.</p>	<p>Unidad de Bienestar Estudiantil. Instituto de Criminología, Criminalística e Intervención Psicosocial Familiar. Departamento de Vinculación con la Sociedad.</p>
--	--	---	---	--	---



		<p>3- Fortalecimiento de herramientas de integración familiar.</p> <p>4- Sensibilización sobre resiliencia a partir de la técnica “<b>modelado</b>” la cual permita entender y sobrellevar las dificultades familiares.</p>			
Intervenir con el equipo multidisciplinario en busca del bienestar educativo y familiar de las y los estudiantes de primer ciclo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Derivación a profesionales del área de Psicología Clínica y Orientación Familiar. En caso de ser necesario se llevará a cabo Terapias Familiares.</li> <li>- El área de Trabajo Social contribuye con el apoyo y seguimiento domiciliario e</li> </ul>	El trabajo multidisciplinario es aquel que se realiza conjuntamente con otras áreas profesionales que actúan de acuerdo a sus propios métodos, pero buscan intervenir en un	Estudiantes de primer ciclo atendidos de manera integral, eficaz y eficiente por parte del personal universitario.	Instituto de Criminología, Criminalística e Intervención Psicosocial Familiar. Carrera de Trabajo Social y Carrera de	





		institucional de cada uno de los casos receptados.	problema en común (Carvajal, 2010).		Orientación Familiar.
--	--	--	-------------------------------------	--	-----------------------



## Conclusiones

Las conclusiones de la investigación se presentan a continuación:

Que, existe una incidencia de estrés académico sobre las relaciones familiares.

Mientras mayor estrés académico presenten las y los estudiantes de primer ciclo, serán también mayores las dificultades en sus relaciones familiares; así mismo, se identifica que mientras más alto es el estrés académico, menor será el grado comunicacional o de expresión, apoyo y unión familiar, por lo tanto, la hipótesis, que postula que el estrés académico de las y los estudiantes de primer ciclo de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales incide negativamente en las relaciones familiares, durante la Crisis Sanitaria Covid 19, se comprueba.

Que, el mayor porcentaje (52,5%) de estudiantes de primer ciclo presentan un nivel medio de estrés académico en un contexto de crisis sanitaria Covid -19. Las y los estudiantes tienen diferentes formas y ritmos de adaptación y transición a una nueva etapa de vida, con nuevos retos que demanda la universidad, si a esto se suman factores como: aumento de horas frente a un computador; bajas condiciones tecnológicas; ausencia de socialización con las y los compañeros de aula virtual; diferencias metodológicas; limitada relación con las y los docentes; actividades en sus casas; entre otros, se puede explicar que las y los estudiantes, sufran de este tipo de afección en su salud mental.

Que, las causas de estrés académico que han sido percibidas por los y las estudiantes son la irritabilidad al recibir clases desde casa, competitividad académica, sobrecarga de actividades, intranquilidad por no entender los temas que se abordan en clases y los procesos de enseñanza y aprendizaje impartidos por los docentes, aspectos que han generado que las relaciones familiares se vean afectadas debido a que los estudiantes comparten menos tiempo con la familia, y a pesar de las adversidades que se han presentado, como la crisis sanitaria



Covid - 19, han podido desarrollar habilidades que les permitan manejar la comunicación y expresión de mejor manera.

Que, de acuerdo a los resultados obtenidos se proponen varias estrategias de intervención planteadas desde el área del Trabajo Social, enfocadas a ayudar no solo al manejo del estrés académico, sino también a prevenir que las y los estudiantes presenten repercusiones futuras, con el fin de fomentar el bienestar físico, psicológico, social y familiar de dicho grupo e incidir en la reducción de la deserción académica universitaria, y posiblemente, incidir en la disminución de otros problemas de salud mental serios, como lo demuestran algunos estudios, tales como el suicidio.

Evidentemente, este estudio deja abierta nuevas líneas de investigación: ¿Qué situaciones específicas causan estrés académico en los y las estudiantes de primer ciclo?, ¿Cuántos estudiantes de primer ciclo poseen estrategias de afrontamiento y cómo las utilizan para enfrentar las situaciones de estrés académico en los ámbitos educativo y familiar? ¿Cuál es el rol del entorno comunitario?



## Bibliografía

- Acevedo, A. (2020, 30 de abril). *La pandemia y sus efectos en la familia*. Semana.  
<https://www.semana.com/vida-moderna/articulo/coronavirus--los-efectos-de-la-pandemia-en-la-familia/667187>
- Alvarado, L. I. (2018). Manifestaciones de estrés y relaciones intrafamiliares en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo. *Revista Paian*, 9(1), 50-61.  
<http://revistas.uss.edu.pe/index.php/PAIAN/article/view/850/726>
- Álvarez, K. (2020, 12 de agosto). *Realidades de las Familias en el Siglo XXI*.  
<https://www.unemi.edu.ec/blog-educacion-especial/wp-content/uploads/2020/09/1.-Reflexion-Kerly.pdf>
- Alzate, T. (2012). *Estilos educativos parentales y obesidad infantil* [tesis de grado, Universidad de Valencia]. Repositorio.  
<https://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/24285/TESIS%20EEP-Obesidad%20Infantil.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Arellano, C. P. y Atanacio, M. V. (2019). *Relaciones intrafamiliares de estudiantes del nivel secundario de una institución pública y privada* [tesis de grado, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión]. Repositorio Institucional UN.  
<http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/3286/ARELLANO%20DIAZ%20y%20ATANACIO%20RIQUE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Armesto, Y. A., Bejarano, L. y Beltran, L. J. (2020). *Fortaleciendo mis lazos familiares* [tesis de grado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Institucional UCC.  
[https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/19865/2/2020\\_relaciones\\_familiares\\_militares-Anexo1.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/19865/2/2020_relaciones_familiares_militares-Anexo1.pdf)



Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas. (2015). *Declaración Universal de los Derechos Humanos*. <https://www.un.org/en/udhrbook/#1>

Asamblea Nacional. (2018, 01 de agosto). Ley Orgánica de Educación Superior. [https://www.siteal.iiep.unesco.org/sites/default/files/sit\\_accion\\_files/ec\\_6011.pdf](https://www.siteal.iiep.unesco.org/sites/default/files/sit_accion_files/ec_6011.pdf)

Barraza-Macías, A. (2004, 21 de febrero). El estrés académico en los alumnos de postgrado. *Revista Psicología Científica*. <https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-postgrado/#:~:text=%E2%80%9CDesde%20los%20grados%20preescolares%20hasta,O%20rlandini%2C%201999%3B%20143>

Barraza-Macías, A. (2005). *Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior*. *Investigación Educativa Duranguense*, (4), 15-20. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2880918.pdf>

Barraza-Macías, A. (2006, diciembre). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110 - 129. [https://www.researchgate.net/publication/228457746\\_Un\\_modelo\\_conceptual\\_para\\_el\\_estudio\\_del\\_estres\\_academico](https://www.researchgate.net/publication/228457746_Un_modelo_conceptual_para_el_estudio_del_estres_academico)

Barraza-Macías, A. (2007, septiembre). Instrumentos de investigación. El inventario Sisco de Estrés Académico. *Investigación Educativa Duranguense*, 7, 89 - 93. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2358921.pdf>

Barraza-Macías, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 26(2), 270-289. <https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf>



- Barraza-Macías, A., Martínez-García, J. L., Silva-Salazar, J. T., Camargo-Flores, E., y Antuna-Contreras, R. (2012). Estresores académicos y género. Un estudio exploratorio de su relación en alumnos de licenciatura. *Visión Educativa IUNAES*, 5(12), 33-43. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4034740>
- Barzallo, L. J. y Moscoso, C. I. (2015). *Prevalencia de estrés académico, factores de riesgo y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de la escuela de medicina de la Universidad de Cuenca en el 2015* [tesis de grado, Universidad de Cuenca]. Repositorio DSPACE. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/23899/1/tesis.pdf>
- Bedoya-Lau, F. N., Matos, L. J. y Zelaya, E. C. (2014). Niveles de estrés académico, manifestaciones psicósomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012. *Revista Neuropsiquiatr*, 77(4), 262-270. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v77n4/a09v77n4.pdf>
- Berrío, N. y Mazo, R. (2011) Estrés Académico. *Revista de Psicología*, 3(2), 65-82. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v3n2/v3n2a6.pdf>
- Caldera-Montes, J. F., Pulido-Castro, B. E., y Martínez-González, M. G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 7. [https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo/antecedentes/7/007\\_Caldera.pdf](https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/antecedentes/7/007_Caldera.pdf)
- Carvajal, Y. (2010). Interdisciplinariedad: desafío para la educación superior y la investigación. *Revista Luna Azul*. 156-169. <http://www.scielo.org.co/pdf/luaz/n31/n31a11.pdf>
- Carrión, A. M. (2017). *Descripción del perfil de estrés académico en universitarios y técnicas para su manejo* [tesis de grado, Universidad Mayor de San Andrés]. Repositorio Institucional



UMSA. <https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/11341/tg-3915.pdf?sequence=4&isallowed=y>

Chacón, C. A. (2018). Estrés y rendimiento académico en los estudiantes de primer año de la Escuela de Medicina de la Universidad Pablo Guardado Chávez [tesis de grado, Universidad Autónoma de Chiapas]. Repositorio Institucional. <https://static.elsevier.es/jano/estresyrendimiento.pdf>

Constitución de la República del Ecuador. (2008, 20 de octubre). Registro Oficial 449. Quito: Asamblea Nacional Constituyente 2007 - 2008. <https://www.wipo.int/edocs/lexdocs/laws/es/ec/ec030es.pdf>

Díaz-Cárdenas, S., Arrieta-Vergara, K. y González-Martínez, F. (2014). Estrés académico y funcionalidad familiar en estudiantes de odontología. *Revista Salud Uninorte*, 30(2), 121-132. <http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v30n2/v30n2a04.pdf>

Domínguez, S. L. (2014). Asociación de las Relaciones Intrafamiliares en sus dimensiones de expresión, unión-apoyo y dificultades y el estrés académico de estudiantes de medicina de la Universidad Autónoma de Nayarit [tesis de grado, Universidad Autónoma de Nayarit]. Repositorio. <http://bibliotecas.uan.mx/index.php/component/k2/item/9418-asociacion-de-las-relaciones-intrafamiliares-en-sus-dimensiones-de-expresion-union-apoyo-y-dificultades-y-el-estres-academico-de-estudiantes-de-medicina-de-la-universidad-autonoma-de-nayarit>

Epstein, K. (2001). Modelo de funcionamiento familiar. Estados Unidos: Bullent

El Telégrafo. (2020, 15 de mayo). *La pandemia por covid - 19 también cambió las relaciones familiares*. <https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/sociedad/6/relaciones-familia-covid19>

Escartín, M.J., (1992, octubre). *El sistema familiar y el Trabajo Social*. 55-75. <https://core.ac.uk/download/pdf/16359465.pdf>



- Gómez-Medina, M. E., Valdez-Montero, C., Ahumada-Cortez, J. G. y Bacasegua-Valenzuela, J. A. (2018). Manifestación de estrés académico y su relación con el consumo de alcohol en mujeres universitarias. *En Aportaciones Actuales a la Psicología Social. Asociación Mexicana de Psicología Social*, (4), 2151-2164.  
[https://www.researchgate.net/publication/327279652\\_manifestacion\\_de\\_estres\\_academico\\_y\\_su\\_relacion\\_con\\_el\\_consumo\\_de\\_alcohol\\_en\\_mujeres\\_universitarias](https://www.researchgate.net/publication/327279652_manifestacion_de_estres_academico_y_su_relacion_con_el_consumo_de_alcohol_en_mujeres_universitarias)
- González-Velázquez, L. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios asociado a la pandemia por Covid-19. *Revista digital de la Universidad de Chiapas*, 9(25), 158-179.  
<http://dx.doi.org/10.31644/IMASD.25.2020.a10>
- Grisanti, M. (2020, 25 de marzo). *Adaptabilidad, flexibilidad y paciencia: claves para mantener una sana comunicación en cuarentena*. Universidad de los Andes.  
<https://www.uandes.cl/noticias/adaptabilidad-flexibilidad-y-paciencia-claves-para-mantener-una-sana-comunicacion-en-cuarentena/>
- Jérez-Mendoza, M., y Oyarzo-Barría, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de los Lagos Osorno. *Revista Chilena de Neuropsiquiatría*, 53(3). <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272015000300002>
- López-Bringas, P., González, N. I., López-Fuentes, A., Valdez-Medina, J. L., González-Escobar, S., y Robles-Estrada, E. (2013, 11 de febrero). Relaciones intrafamiliares en madres e hijos. *Revista Psicológica Científica*. <https://www.psicologiacientifica.com/relaciones-intrafamiliares-madres-hijos/>
- Marini, M. (2019, 31 de octubre). *Los beneficios de pasar tiempo a solas*. The New York Times.  
<https://www.nytimes.com/es/2019/10/31/espanol/estilos-de-vida/soledad-solitud.html>





Mariños, U. R. (2017). *Estrés académico y clima social familiar en estudiantes del quinto ciclo de la facultad de Ingeniería - Universidad César Vallejo Lima Este 2017* [tesis de grado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional Universidad César. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/6051/Mari%C3%B1os\\_SU\\_R.pdf?sequence=1](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/6051/Mari%C3%B1os_SU_R.pdf?sequence=1)

Marty, M., Lavín, M., Figueroa, M., Larraín, D y Cruz, C. (2005). Prevalencia del estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas. *Revista Chilena de Neuropsiquiatría*, 43(1), 25-32. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272005000100004>

Moreno, L. (2020). *Decreto ejecutivo no. 1017. Declárese el estado de excepción por calamidad pública en todo el territorio nacional, por los casos de coronavirus confirmados y la declaratoria de pandemia de covid19.* Zonalegal. <https://zonalegal.net/uploads/documento/DECRETO%20EJECUTIVO%20No%2000017.pdf>

Naranjo-Zambrano, M. J., Morales-Naranjo, I. A., y Ron-Amores, R. E. (2020, 02 de octubre). Efectos de la pandemia en la familia y en la sociedad ecuatoriana. *Revista ECOTEC*, 10(2), 115-135. <http://revistas.ecotec.edu.ec/index.php/rnv/article/view/417/281>

Organización Internacional del Trabajo. (2020). *El teletrabajo durante la pandemia de COVID - 19 y después de ella* (1.ª ed.). [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/---protrav/---travail/documents/publication/wcms\\_758007.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---travail/documents/publication/wcms_758007.pdf)

Palladino, A. (2010). *Introducción a la demografía.* Universidad Nacional del Nordeste. <https://med.unne.edu.ar/sitio/multimedia/imagenes/ckfinder/files/files/aps/INTRODUCCI%C3%93N%20A%20LA%20DEMOGRAF%C3%8DA%20APS>



- Polo, A., Hernández, J. y Pozo, C. (1996). Evaluación del Estrés Académico en Estudiantes Universitarios. *Revista Ansiedad y Estrés*. <https://issuu.com/farcord/docs/estudiantes-estresados>
- Porras, W., Araya, M. y Fallas, L. (2014). Gestión de estrategias para la prevención del estrés en el ámbito educativo: un análisis desde la disciplina de Orientación. *Revista Gestión de la Educación*, 4(2), 131-149.  
<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/gstedu/article/download/15148/14463/>
- Reyes, N. y Trujillo, P. (2020). Ansiedad, estrés e ira: el impacto del COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios. *Revista Investigación y Desarrollo I+D*. 13.  
<https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/dide/article/download/999/923/>
- Rivera-Heredia, M. E., y Andrade-Palos, P. (2010). Escala de Evaluación de las Relaciones Intrafamiliares (E.R.I). *Revista de Psicología*, 14, 12 - 29.  
[https://www.academia.edu/6596473/Escala\\_de\\_evaluaci%C3%B3n\\_de\\_las\\_Relaciones\\_Intrafamiliares](https://www.academia.edu/6596473/Escala_de_evaluaci%C3%B3n_de_las_Relaciones_Intrafamiliares)
- Rosales, J. G. (2016). *Estrés académico y hábitos de estudio en universitarios de la carrera de Psicología de un centro de formación superior privada de Lima-Sur* [tesis de grado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Autonomaedupe.  
<http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/124/1/ROSALES%20FERNANDEZ.pdf>
- Santos, J. L. (2017). *Prevalencia de estrés académico y factores asociados en estudiantes de ciencias de la salud de la Universidad Católica de Cuenca, 2016* [tesis de grado, Universidad de Cuenca]. ResearchGate.  
[https://www.researchgate.net/publication/332061733\\_prevalencia\\_de\\_estres\\_academico](https://www.researchgate.net/publication/332061733_prevalencia_de_estres_academico)



\_y\_factores\_asociados\_en\_estudiantes\_de\_ciencias\_de\_la\_salud\_de\_la\_universidad\_c  
atolica\_de\_cuenca\_2016

Sánchez, M. (2015). *El bono de desarrollo humano y su influencia actual en la economía familiar de la población de la parroquia Santa Rosa* [Tesis de grado, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio Institucional uta.

<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/16230/1/T3181e.pdf>

Schatke, M. (2016). ¿Conceptos de familia en la Posmodernidad?. *Fundación Universitaria Juan de Castellanos, Desarrollo*, 5(1), 65 – 78.

<https://www.jdc.edu.co/revistas/index.php/deyso/article/view/158/178>

Shturman Sirota Silvia (2005), *El poder del estrés*, México: EDAMEX

Secretaria Nacional de Planificación y Desarrollo - Senplades. (2017). *Plan Nacional de Desarrollo 2017 - 2021. Toda una Vida*. [https://www.planificacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/10/PNBV-26-OCT-FINAL\\_OK.compressed1.pdf](https://www.planificacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/10/PNBV-26-OCT-FINAL_OK.compressed1.pdf)

Universidad Católica de la Santísima Concepción. (2020, 01 de julio). *Salud mental: universidades del G9 realizan acompañamiento integral a estudiantes*. UCSC. <https://www.ucsc.cl/noticias/salud-mental-universidades-del-g9-realizan-acompanamiento-integral-a-estudiantes/>

Vergara, C. (26 de julio 2014). *Las consecuencias negativas del estrés en la actualidad*.

*Actualidad en Psicología*. <https://www.actualidadenpsicologia.com/estres-y-educacion/>

Vistazo. (2020, 23 de abril). *Falta de conectividad y de acceso a Internet podría generar deserción de estudiantes universitarios*. Vistazo. <https://www.vistazo.com/seccion/pais/actualidad-nacional/falta-de-conectividad-y-de-acceso-internet-podria-generar-desercion>

Zerón, A. (2020). *Nueva normalidad, nueva realidad*. *Revista ADM*, 77(3), 120 - 123.

<https://www.medigraphic.com/pdfs/adm/od-2020/od203a.pdf>



## Anexos

## Anexo 1: Matriz Operacional

Matriz operacional						
Establecer la incidencia que produce el estrés académico en las relaciones familiares de los estudiantes de primer ciclo de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid -19.						
Dimensión	Concepto	Variables	Indicadores	Preguntas	Escala	Fuente
Perfil Sociodemográfico	Se refiere a cómo se compone una población según variables de interés, como sexo o, edad, otras de interés socio-económico cultural, cuya variedad dependerá de la finalidad de la descripción poblacional hecha (Palladino,2010 ).	Edad	Porcentajes de estudiantes de primer ciclo, según la edad.	1. ¿Cuál es su edad?		Encuesta
		Sexo	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo de acuerdo al sexo.	2. De acuerdo a su sexo biológico, usted nació:	1. Hombre 2. Mujer	Encuesta
		Orientación sexual	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo de acuerdo a su orientación sexual.	3. ¿Cuál es su orientación sexual?	1. Gay 2. Lesbiana 3. Bisexual 4. Asexual 5. Heterosexual	Encuesta
		Tipo de discapacidad	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que presenten algún tipo de discapacidad.	4. ¿Tiene algún tipo de discapacidad?	1. Física 2. Intelectual 3. Psicosocial 4. Auditiva 5. Visual 6. Lenguaje 7. Ninguna	Encuesta
		Provincia donde nació	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo según la	5. ¿A qué provincia pertenece?	1. Azuay 2. Bolívar 3. Cañar 4. Carchi 5. Chimborazo	Encuesta



			provincia de nacimiento.		<ol style="list-style-type: none"> <li>6. Cotopaxi</li> <li>7. El Oro</li> <li>8. Esmeraldas</li> <li>9. Galápagos</li> <li>10. Guayas</li> <li>11. Imbabura</li> <li>12. Loja</li> <li>13. Los Ríos</li> <li>14. Manabí</li> <li>15. Morona Santiago</li> <li>16. Napo</li> <li>17. Orellana</li> <li>18. Pastaza</li> <li>19. Pichincha</li> <li>20. Santa Elena</li> <li>21. Santo Domingo de los Tsáchilas</li> <li>22. Sucumbíos</li> <li>23. Tungurahua</li> <li>24. Zamora Chinchipe</li> </ol>	
		Cantón donde reside actualmente	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo según cantón de residencia actual	6. ¿Cuál es su lugar de residencia en la actualidad?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cuenca</li> <li>2. Camilo Ponce Enríquez</li> <li>3. Chordeleg</li> <li>4. El Pan</li> <li>5. Girón</li> <li>6. Guachapala</li> <li>7. Gualaceo</li> <li>8. Nabón</li> <li>9. Oña</li> <li>10. Paute</li> <li>11. Pucará</li> <li>12. San Fernando</li> <li>13. Santa Isabel</li> </ol>	Encuesta



					14. Sevilla de Oro 15. Sígsig	
		Área de residencia	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que viven en el área rural y urbana.	7. ¿En qué área se ubica su domicilio?	1. Urbano 2. Rural	Encuesta
		Carrera	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo de acuerdo a la carrera que cursa.	8. Carrera que cursa:	1. Derecho 2. Trabajo Social 3. Orientación familiar 4. Género y Desarrollo	Encuesta
		Autoidentificación	Porcentaje de estudiantes de primero ciclo según su autoidentificación	9. ¿Usted cómo se autoidentifica?	1. Afroecuatoriano/a 2. Blanco/a 3. Indígena 4. Mestizo/a 5. Montubio/a	Encuesta
		Estado civil	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo según su estado civil.	10. ¿Cuál es su estado civil?	1. Soltero/a 2. Casado/a 3. Divorciado/a 4. Unión Libre 5. Separado/a 6. Viudo/a	Encuesta
		Número de integrantes en la familia	Porcentaje y número de personas que viven en el hogar incluido la o el estudiante de primer ciclo.	11. ¿Cuántas personas integran su familia? (incluyendo usted)		Encuesta



		Hijos	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que tienen hijos.	12. ¿Usted tiene hijas/os?	1. Si 2. No	Encuesta
		Número de hijos	Porcentaje y número de hijos que tienen los estudiantes de primero ciclo.	13. ¿Cuántos hijos vivos tiene?		Encuesta
		Tipo de familia	Porcentaje de acuerdo al tipo de familia de los estudiantes de primer ciclo.	14. ¿Con quién vive actualmente?	1. Padre, madre, hermana/os. 2. Sólo con el padre. 3. Sólo con la madre. 4. Familia adoptiva 5. Padre, madre, hermanos/as, abuelos/as, tíos/as. 6. Solo/a 7. Pareja 8. Amigas/os 9. Otros (especifique)	Encuesta
Situación Económica Familiar	Sánchez (2015) señala que la definición de Sevilla sobre la economía familiar tiene por objeto una adecuada gestión de los ingresos y los gastos del	Jefe de familia	Porcentaje de jefes de hogar en los estudiantes de primer ciclo.	15. ¿Quién es el jefe de familia?	1. Usted 2. Padre 3. Madre 4. Esposa/o 5. Otros (Especifique)	Encuesta
		Trabaja actualmente	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que trabajan en la actualidad.	16. ¿Además de ser estudiante usted trabaja actualmente?	1. Si 2. No	Encuesta



	núcleo familiar haciendo una correcta distribución de los primeros, permitiendo así la satisfacción de sus necesidades materiales, atendiendo aspectos fundamentales de su desarrollo, como la alimentación, la ropa o la vivienda. (p.24)	Teletrabajo	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que realizan teletrabajo.	17. ¿Usted realiza Teletrabajo?	1. Si 2. No	Encuesta
		Horas de trabajo	Número y porcentaje de horas que trabajan semanalmente los estudiantes de primer ciclo.	18. ¿Cuántas horas trabaja usted semanalmente?		Encuesta
		Actividades extra	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que realizan actividades extra.	19. ¿Qué otra actividad diferente al trabajo y estudio realiza con mayor frecuencia?	1. Cocinar 2. Orden y limpieza de la casa 3. Realizar compras para la casa 4. Gerenciar las actividades familiares 5. Traslado o acompañamiento a los miembros familiares 6. Cuidar niños menores de 12 años en el grupo familiar 7. Cuidar a un familiar con discapacidad 8. Cuidar a un familiar enfermo	Encuesta





					<p>9. Necesidades y cuidados personales</p> <p>10. Esparcimiento y entretenimiento</p> <p>11. Hacer ejercicio o deporte</p> <p>12. Uso de medios de comunicación (televisión, radio, internet)</p> <p>13. Aficiones, juegos y pasatiempos</p> <p>14. Otros (especifique)</p>	
		Acceso de Internet en el hogar	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que tienen acceso a internet en el hogar.	20. ¿Usted en su casa tiene acceso a internet?	<p>1. Si</p> <p>2. No</p>	Encuesta
		Estado de la conexión	Porcentaje del estado de conexión de los estudiantes de primer ciclo.	21. ¿Cómo evalúa usted su conexión a internet?	<p>1. Buena</p> <p>2. Regular</p> <p>3. Mala</p> <p>4.</p>	Encuesta
Estrés académico	Un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera	Percepción del nivel de estrés académico.	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que presentan preocupación o nerviosismo.	22. Durante este ciclo ¿Usted ha sentido preocupación o nerviosismo?	<p>1. Nunca</p> <p>2. Rara vez</p> <p>3. Algunas veces</p> <p>4. Casi siempre</p> <p>5. Siempre</p>	Encuesta, basada en el inventario Sisco del Estrés Académico



<p>descriptiva en tres momentos: primero, el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores (input); segundo, esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio); tercero, ese desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (output) para</p>	<p>Causas del estrés académico</p>	<p>Porcentaje de horas diarias que los estudiantes de primer ciclo dedican al estudio.</p>	<p>23. ¿Cuántas horas diarias le dedica usted al estudio? (Incluyendo las horas de clase)</p>		<p>Encuesta</p>
		<p>Porcentaje de los medios tecnológicos que utilizan frecuentemente los estudiantes de primer ciclo.</p>	<p>24. Señale el dispositivo tecnológico que usted utiliza frecuentemente para sus clases</p>	<p>1. Computadora 2. Celular 3. Tablet 4. Ninguno</p>	<p>Encuesta</p>
		<p>Porcentajes de estudiantes de primer ciclo que acuden a otros lugares por problemas de conectividad.</p>	<p>25. En caso de presentar problemas con el acceso a internet ¿A dónde acude?</p>	<p>1. A un vecino 2. A un café net 3. A la casa de algún familiar 4. No se conecta a las clases 5. Otros (especifique)</p>	<p>Encuesta</p>
		<p>Porcentaje de los estudiantes universitarios que cuentan con espacios adecuados para recibir clases</p>	<p>26. ¿El espacio que usted dispone (Estudio, Dormitorio, Espacio independiente) para realizar sus actividades académicas le</p>	<p>1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre</p>	<p>Encuesta</p>



restaurar el equilibrio sistémico. (Barraza, 2006, p. 126)			resulta cómodo?		
	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que han sentido preocupación por la desconexión del internet.	27. ¿Usted se ha sentido irritado cuando el internet se va mientras está en clase?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre		Encuesta
	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que consideran que existe competitividad académica en su grupo.	28. ¿Usted cree que en su grupo existe competitividad académica?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre		Encuesta, basada en el inventario Sisco del Estrés Académico
	Porcentaje de estudiantes de primer que han realizado actividades académicas fuera de la vivienda	29. ¿Ha realizado actividades académicas fuera de su casa durante este ciclo?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre		Encuesta
	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que perciben que los docentes envían exceso de actividades académicas.	30. ¿Con qué frecuencia usted se siente sobrecargado de actividades académicas?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre		Encuesta
	Porcentaje de estudiantes de	31. ¿Usted considera que	1. Nunca 2. Rara vez		Encuesta



			primer ciclo que creen que la personalidad de sus profesores influye en su adaptación universitaria.	la actitud de los docentes contribuye en su adaptación universitaria?	3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	
			Porcentaje de estudiantes de primer ciclo de acuerdo a la metodología aplicada por los docentes.	32. ¿Los docentes le han facilitado el proceso de enseñanza aprendizaje mediante el uso de nuevas metodologías, durante este ciclo cursado en la Crisis Sanitaria Covid 19?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Encuesta
			Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que han sentido intranquilidad al no entender los temas que se abordan en clases.	33. ¿Usted ha sentido momentos de intranquilidad al no entender los temas que se abordan en clases?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Encuesta, basada en el inventario Sisco del Estrés Académico
Efectos del estrés académico	“El sistema educativo cada vez más competitivo y orientado al	Efectos Físicos	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que han presentado	34. ¿Ha presentado problemas para dormir?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Encuesta, basada en el inventario Sisco del



mercado tiende a generar más presión. Sus consecuencias más visibles son el absentismo escolar y laboral, accidentes, diversas enfermedades, suicidios, depresión, consumo de alcohol y droga, entre otros” (Vergara, 2014, Sección el estrés escolar y la educación).	problemas para dormir				Estrés Académico
	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que han presentado cansancio.	35. ¿Usted ha presentado cansancio?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre		Encuesta, basada en el inventario Sisco del Estrés Académico
	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que han presentado dolores de cabeza o migrañas	36. ¿Ha presentado dolores de cabeza?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre		Encuesta, basada en el inventario Sisco del Estrés Académico
	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que han presentado dolores de espalda.	37. ¿Ha presentado dolores de espalda?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre		Encuesta
	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que han presentado problemas estomacales.	38. ¿Ha presentado problemas estomacales (Dolor abdominal o diarrea)?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre		Encuesta, basada en el inventario Sisco del Estrés Académico
	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que tienden a morderse la uñas.	39. ¿Usted suele morderse las uñas?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre		Encuesta, basada en el inventario Sisco del Estrés Académico
Efectos Psicológicos	Porcentaje de estudiantes de	40. ¿Ha presentado	1. Nunca 2. Rara vez		Encuesta, basada en el



			primer ciclo que han presentado sentimientos de tristeza.	sentimientos de tristeza?	3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	inventario Sisco del Estrés Académico
			Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que presentan problemas para concentrarse en el desarrollo de las actividades académicas.	41. El contexto actual de la Crisis Sanitaria Covid - 19, ¿le ha generado problemas para concentrarse en el desarrollo de las actividades académicas?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Encuesta
			Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que han presentado sentimientos de agresividad.	42. ¿Ha presentado sentimientos de agresividad?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Encuesta, basada en el inventario Sisco del Estrés Académico
		Efectos conductuales	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que se aíslan de los miembros de su familia.	43. ¿Usted ha sentido que se aísla de los miembros de su familia?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Encuesta, basada en el inventario Sisco del Estrés Académico
			Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que han presentado desgano para	44. ¿Usted ha sentido desgano para realizar las	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Encuesta, basada en el inventario Sisco del



			realizar las actividades académicas.	actividades académicas?		Estrés Académico
			Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que han presentado un incremento en el consumo de alimentos.	45. ¿Usted considera que ha aumentado el consumo de alimentos?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Encuesta, basada en el inventario Sisco del Estrés Académico
Relaciones Familiares	Alvarado (2018) señala la definición de los autores Rivera y Andrade sobre las relaciones intrafamiliares como “los vínculos que se constituyen entre los miembros de la familia, incluyendo la percepción de la unión, apoyo de los integrantes que la componen para enfrentar los problemas y la libertad con que cuentan	Unión y apoyo	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que acostumbran a realizar actividades conjuntamente con su familia.	46. ¿En su familia realizan actividades juntos?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Cuestionario de Escala para la Evaluación de las Relaciones Interfamiliares (E.R.I).
			Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que considera que su familia es cariñosa.	47. ¿Usted considera que su familia es cariñosa?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Cuestionario de Escala para la Evaluación de las Relaciones Interfamiliares (E.R.I).
			Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que consideran que en su familia se ayudan y apoyan unos a otros.	48. ¿Usted considera que en su familia se ayudan y apoyan unos a otros?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Cuestionario de Escala para la Evaluación de las Relaciones Interfamiliares (E.R.I).



para poder expresar sus opiniones, emociones o sentimientos” (p. 8).	Expresión	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que puede expresar abiertamente sus emociones, sentimientos u opiniones	49. En su familia ¿Usted puede expresar abiertamente sus emociones, sentimientos u opiniones?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Cuestionario de Escala para la Evaluación de las Relaciones Interfamiliares (E.R.I).
		Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que aporta en la toma de decisiones importantes.	50. ¿Su familia aporta en la toma de decisiones importantes?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Cuestionario de Escala para la Evaluación de las Relaciones Interfamiliares (E.R.I).
		Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que poseen un espacio para dialogar sus problemas familiares	51. ¿En su familia existe un espacio para dialogar sobre sus problemas?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Encuesta
		Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que consideran que en su familia prevalece la sinceridad.	52. ¿En su familia prevalece la sinceridad?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Cuestionario de Escala para la Evaluación de las Relaciones Interfamiliares (E.R.I).
	Dificultad	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que	53. ¿Usted considera que predominan	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces	Encuesta





			consideran que en su familia predominan sentimientos negativos.	sentimientos negativos en su familia?	4. Casi siempre 5. Siempre	
			Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que se avergüenza de demostrar sus emociones frente a su familia.	54. ¿Le avergüenza expresar sus emociones al frente de su familia?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Cuestionario de Escala para la Evaluación de las Relaciones Interfamiliares (E.R.I).
			Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que consideran que su ambiente familiar es desagradable.	55. ¿Usted considera que su ambiente familiar es desagradable ?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Cuestionario de Escala para la Evaluación de las Relaciones Interfamiliares (E.R.I).
			Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que considera que en su familia se demuestra poco interés en los puntos de vista de los demás, miembros familiares	56. ¿Usted considera que en su familia se demuestra poco interés en los puntos de vista de los demás miembros familiares?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Cuestionario de Escala para la Evaluación de las Relaciones Interfamiliares (E.R.I).
			Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que considera que	57. ¿En su familia existen acuerdos en caso de que	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre	Cuestionario de Escala para la Evaluación



			en su familia existen acuerdos en caso de que se rompan las reglas de convivencia.	se rompan las reglas de convivencia?	5. Siempre	de las Relaciones Interfamiliares (E.R.I).
			Porcentaje de la relación familiar que han presentado los estudiantes de primer ciclo, durante la crisis sanitaria Covid 19.	58. ¿Usted ha presentado problemas en sus relaciones familiares durante la crisis sanitaria Covid - 19?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Encuesta
			Porcentaje de las actividades realizadas por los estudiantes de primer ciclo que hayan presentado problemas familiares durante la crisis sanitaria	59. En caso de que usted haya presentado problemas familiares durante la crisis sanitaria Covid - 19 ¿Que realizó?	1. Se salió de su casa 2. Se encerró en su habitación 3. Tuvo ideas o intentos de suicidio 4. Se calmó e intentó comunicarse con su familia 5. Salió con sus amigos 6. Otros (especifique)	Encuesta
Estrés académico y relaciones familiares	Berrio y Mazo (2011, como se citó en Martínez y Díaz, 2007) Refieren que	Nivel de satisfacción estudiantil	Porcentaje de los estudiantes de primer ciclo que se sienten conforme al	60. ¿Usted se siente conforme recibiendo	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Encuesta



<p>cuando el alumno está sometido a situaciones que afectan su estabilidad a nivel físico o psicológico dentro del espacio de convivencia ya sea con sus pares o sistemas que lo rodean, conlleva a que no pueda enfrentarse a las situaciones que surgen en el ámbito académico.</p>		estar en casa recibiendo clases.	clases en casa?		
	Violencia en la familia	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que han vivenciado situaciones de violencia durante la crisis sanitaria Covid -19.	61. ¿Usted ha vivenciado situaciones de violencia (golpes, gritos, insultos) en su casa?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nunca</li> <li>2. Rara vez</li> <li>3. Algunas veces</li> <li>4. Casi siempre</li> <li>5. Siempre</li> </ol>	Encuesta
	Discusiones familiares	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que ha presenciado discusiones familiares mientras recibe clases.	62. ¿Ha presenciado discusiones familiares mientras usted recibe clases?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nunca</li> <li>2. Rara vez</li> <li>3. Algunas veces</li> <li>4. Casi siempre</li> <li>5. Siempre</li> </ol>	Encuesta
	Conflictos familiares	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que ha presentado conflictos con algún familiar por compartir la computadora, para recibir clases o realizar trabajos académicos.	63. ¿Ha presentado conflictos con algún familiar por compartir la computadora, para recibir clases o realizar trabajos académicos?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nunca</li> <li>2. Rara vez</li> <li>3. Algunas veces</li> <li>4. Casi siempre</li> <li>5. Siempre</li> </ol>	Encuesta



		Sobrecarga de tareas académicas	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que siente que las tareas académicas le han impedido compartir con su familia	64. ¿Usted siente que las tareas académicas le han impedido compartir con su familia?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Encuesta
		Nivel de represalias estudiantiles	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que después de un mal día de labores académicas se desquita con alguien de su familia.	65. ¿En un día de intensas actividades académicas, usted tiende a desquitarse con alguien de su familia?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Encuesta
		Repercusiones en la salud por la carga académica	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que considera que las repercusiones en su salud y relaciones familiares son a causa de las cargas académicas.	66. ¿Usted considera que las repercusiones en su salud y relaciones familiares son a causa de las cargas académicas?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Encuesta
		Repercusiones en la salud por la situación económica	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo que considera que	67. ¿Usted considera que las repercusiones	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre	Encuesta



			las repercusiones en su salud y relaciones familiares son a causa de la situación económica actual.	en su salud y relaciones familiares son a causa de la situación económica actual?	5. Siempre	
		Apoyo universitario	Porcentaje de estudiantes universitarios que consideran que han recibido apoyo para recibir clases por parte de la Universidad.	68. ¿Usted considera que la Universidad le ha brindado apoyo para recibir clases desde su casa?	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Encuesta
		Actividades post académicas	Porcentaje de estudiantes de primer ciclo con respecto a las actividades que realizan en un día agotador en el ámbito académico.	69. En caso de que usted haya tenido un día agotador en el ámbito académico, usted decide:	1. Salir o hablar con amigos 2. Practicar un hobby 3. Compartir con su familia 4. Estar solo 5. Otros (especifique)	Encuesta



Anexo 2: Cuestionario

ENCUESTA SOBRE INCIDENCIA DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN LAS RELACIONES FAMILIARES DE ESTUDIANTES DE PRIMER CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE CUENCA, DURANTE LA CRISIS SANITARIA COVID – 19

Esta investigación busca establecer “Establecer la incidencia que produce el estrés académico en las relaciones familiares de los estudiantes de primer ciclo de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad de Cuenca, durante la crisis sanitaria Covid -19”.

Usted reconoce que la participación en esta investigación es voluntaria y que todo lo que responda aquí es confidencial y con fines académicos.

Elija una sola respuesta

PERFIL SOCIO DEMOGRÁFICO

1. Edad: ...

2.Sexo:

1.Hombre

2. Mujer

3. ¿Cuál es su orientación sexual?

1. Gay

2. Lesbiana

3. Bisexual

4. Asexual

5. Heterosexual

4. ¿Tiene algún tipo de discapacidad?

1.Física

2.Intelectual

3. Psicosocial

4.Auditiva

5.Visual

6. Lenguaje

7. Ninguna

5. ¿A qué provincia

pertenece?

1. Azuay

2.Bolívar

3. Cañar

4. Carchi

5. Chimborazo

6. Cotopaxi

7. El Oro

8. Esmeraldas

9. Galápagos

10. Guayas

11. Imbabura

12. Loja

13.Los Ríos

14. Manabí

15.Morona Santiago

16. Napo

17. Orellana

18. Pastaza

19. Pichincha

20. Santa Elena

21. Santo Domingo de los Tsáchilas

22. Sucumbíos

23. Tungurahua

24. Zamora Chinchipe



**6. ¿Cuál es su lugar de residencia en la actualidad?**

- |                          |                          |                                  |                          |
|--------------------------|--------------------------|----------------------------------|--------------------------|
| 1. Cuenca                | <input type="checkbox"/> | 10. Paute                        | <input type="checkbox"/> |
| 2. Camilo Ponce Enríquez | <input type="checkbox"/> | 11. Pucará                       | <input type="checkbox"/> |
| 3. Chordeleg             | <input type="checkbox"/> | 12. San Fernando                 | <input type="checkbox"/> |
| 4. El Pan                | <input type="checkbox"/> | 13. Santa Isabel                 | <input type="checkbox"/> |
| 5. Girón                 | <input type="checkbox"/> | 14. Sevilla de Oro               | <input type="checkbox"/> |
| 6. Guachapala            | <input type="checkbox"/> | 15. Sígsig                       | <input type="checkbox"/> |
| 7. Gualaceo              | <input type="checkbox"/> | 16. Otros cantones (especifique) | <input type="checkbox"/> |
| 8. Nabón                 | <input type="checkbox"/> |                                  |                          |
| 9. Oña                   | <input type="checkbox"/> |                                  |                          |

**7. ¿En qué área se ubica su domicilio?**

1. Urbano
2. Rural

**8. Carrera que cursa:**

1. Derecho
2. Trabajo Social
3. Orientación familiar
4. Género y Desarrollo

**9. Autoidentificación:**

1. Afroecuatoriano/a
2. Blanco/a
3. Indígena
4. Mestizo/a
5. Montubio/a

**10. Estado civil:**

1. Soltera/o
2. Casada/o
3. Unión Libre
4. Divorciada/o
5. Separada/o
6. Viuda/o

**11. ¿Cuántas personas integran su familia? (Incluyendo usted)**

-----

**12. ¿Usted tiene hijas/os?**

1. Si
2. No

En caso de que su respuesta sea **NO** siga a la pregunta 14

**13. ¿Cuántos hijos vivos tiene usted?**

-----

**14. ¿Quién es el jefe de familia?**

1. Usted
2. Padre



- 3. Madre
- 4. Esposo/a

**15. ¿Con quién vive actualmente?**

- 1. Padre, madre y hermanos.
- 2. Solo con el padre
- 3. Solo con la madre
- 4. Familia adoptiva
- 5. Padre, madre, hermanos/as, abuelos/as, tíos/as
- 6. Solo/a
- 7. Pareja
- 8. Amigas/os
- 9. Otros(especifique)

**16. ¿Además de ser estudiante usted trabaja actualmente?**

- 1. Si
- 2. No

**17. ¿Usted realiza teletrabajo?**

- 1. Si
- 2. No

**18. ¿Cuántas horas trabaja usted semanalmente?**

-----

**19. ¿Qué otra actividad al trabajo y estudio realiza en su tiempo libre o de ocio con mayor frecuencia?**

- 1. Cocinar
- 2. Orden y limpieza de la casa
- 3. Realizar compras para la casa
- 4. Gerencia las actividades familiares
- 5. Traslado o acompañamiento a los miembros familiares
- 6. Cuidar niños menores de 12 años en el grupo familiar
- 7. Cuidar a un familiar con discapacidad
- 8. Cuidar a un familiar enfermo
- 9. Necesidades y cuidados personales
- 10. Esparcimiento y entretenimiento
- 11. Hacer ejercicio o deporte
- 12. Uso de medios de comunicación (Televisión, radio, internet)
- 13. Aficiones, juego y pasatiempos
- 14. Otros (Especifique)

**20. ¿Usted en su casa tiene acceso a internet?**

- 1. Si
- No

**21. ¿Cómo evalúa usted su conexión a internet?**

- 1. Buena
- 2. Regular
- 3. Mala





### ESTRÉS ACADÉMICO

En una escala de 1 al 5, donde (1) es Nunca, (2) Rara Vez, (3) Algunas Veces, (4) Casi Siempre y (5) Siempre, indique la intensidad en la cual le intranquilizaron dichas situaciones que mencionamos a continuación:

22. Durante este ciclo ¿Usted ha sentido preocupación o nerviosismo?

Nunca	Rara Vez	Algunas Veces	Casi siempre	Siempre

### Causas del Estrés Académico

23. ¿Cuántas horas diarias le dedica usted al estudio? (Incluyendo las horas de clase

-----

24. Señale el dispositivo tecnológico que usted utiliza frecuentemente para sus clases:

- 1. Computadora
- 2. Celular
- 3. Tablet
- 4. Ninguno

25. En caso de presentar problemas con acceso a internet ¿A dónde acude?

- 1.A un vecino
- 2.A un café net
- 3. A la casa de algún familiar
- 4. No se conecta a las clases
- 5.Otros (especifique)

	Nunca	Rara vez	Algunas Veces	Casi siempre	Siempre
26. ¿El espacio que usted dispone (Estudio, Dormitorio, Espacio independiente) para realizar sus actividades académicas le resulta cómodo?					



27. ¿Usted se ha sentido irritado cuando el internet se va mientras está en clase?					
28. ¿Usted cree que en su grupo existe competitividad académica?					
29. ¿Ha realizado actividades académicas fuera de su casa durante este ciclo?					
30. ¿Con qué frecuencia usted se siente sobrecargado de actividades académicas?					
31. ¿Usted considera que la actitud de los docentes contribuye en su adaptación universitaria?					
32. ¿Los docentes le han facilitado el proceso de enseñanza aprendizaje mediante el uso de nuevas metodologías, durante este ciclo cursado en la Crisis Sanitaria Covid 19?					
33. ¿Usted ha sentido momentos de intranquilidad al no entender los temas que se abordan en clases?					

**Efectos del estrés**

<b>Signos</b>					
	<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>Siempre</b>
34. ¿Ha presentado problemas para dormir?					
35. ¿Usted ha presentado cansancio?					
36. ¿Ha presentado dolores de cabeza?					
37. ¿Ha presentado dolor de espalda?					
38. ¿Ha presentado problemas estomacales (Dolor abdominal o diarrea)?					
39. ¿Usted suele morderse las uñas?					
<b>Efectos Psicológicos</b>					



40. ¿Ha presentado sentimientos de tristeza?					
41. El contexto actual de la Crisis Sanitaria Covid - 19, ¿le ha generado problemas para concentrarse en el desarrollo de las actividades académicas?					
42. ¿Ha presentado sentimientos de agresividad?					
<b>Efectos Conductuales</b>					
43. ¿Usted ha sentido que se aísla de los miembros de su familia?					
44. ¿Usted ha sentido desgano para realizar las actividades académicas?					
45. ¿Usted considera que ha aumentado el consumo de alimentos?					

**RELACIONES FAMILIARES**

En una escala de 1 al 5, donde (1) es Nunca, (2) Rara Vez, (3) Algunas Veces, (4) Casi Siempre y (5) Siempre, indique la intensidad en la cual le intranquilizaron dichas situaciones que mencionamos a continuación:

<b>Unión y Apoyo</b>					
	<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>Siempre</b>
46. ¿En su familia realizan actividades juntos?					
47. ¿Usted considera que su familia es cariñosa?					
48. ¿Usted considera que en su familia se ayudan y apoyan unos a otros?					
<b>Expresión</b>					
49. En su familia ¿Usted puede expresar abiertamente sus emociones, sentimientos u opiniones?					



50. ¿Su familia aporta en la toma de decisiones importantes?					
51. ¿En su familia existe un espacio para dialogar sobre sus problemas?					
52. ¿En su familia prevalece la sinceridad?					
<b>Dificultad</b>					
53. ¿Usted considera que predominan sentimientos negativos en su familia?					
54. ¿Le avergüenza expresar sus emociones al frente de su familia?					
55. ¿Usted considera que su ambiente familiar es desagradable?					
56. ¿Usted considera que en su familia se demuestra poco interés en los puntos de vista de los demás miembros familiares?					
57. ¿En su familia existen acuerdos en caso de que se rompan las reglas de convivencia?					
58. ¿Usted ha presentado problemas en sus relaciones familiares durante la crisis sanitaria Covid - 19?					

**59. En caso de que usted haya presentado problemas familiares durante la crisis sanitaria Covid -19 ¿Qué realizó?**

1. Se salió de su casa
2. Se encerró en su habitación
3. Tuvo ideas o intentos de suicidio
4. Se calmó e intentó comunicarse con su familia
5. Salió con sus amigos
6. Otros (Especifique)

**ESTRÉS ACADÉMICO Y RELACIONES FAMILIARES**

En una escala de 1 al 5, donde (1) es Nunca, (2) Rara Vez, (3) Algunas Veces, (4) Casi Siempre y (5) Siempre, indique la intensidad en la cual le intranquilizaron dichas situaciones que mencionamos a continuación:

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
60. ¿Usted se siente conforme recibiendo clases en casa?					
61. ¿Usted ha vivenciado situaciones de violencia (golpes, gritos, insultos) en su familia?					
62. ¿Ha presenciado discusiones familiares mientras usted recibe clases?					
63. ¿Ha presentado conflictos con algún familiar por compartir la computadora, para recibir clases o realizar trabajos académicos?					
64. ¿Usted siente que las tareas académicas le han impedido compartir con su familia?					
65. ¿En un día de intensas actividades académicas, usted tiende a desquitarse con alguien de su familia?					
66. ¿Usted considera que las repercusiones en su salud y relaciones familiares son a causa de las cargas académicas?					
67. ¿Usted considera que las repercusiones en su salud y relaciones familiares son a causa de la situación económica actual?					
68. ¿Usted considera que la Universidad le ha brindado					



apoyo para recibir clases desde su casa?					
--	--	--	--	--	--

**69. En caso de que usted haya tenido un día agotador en el ámbito académico, usted decide:**

- 1. Salir o hablar con amigos
- 2. Practicar un hobby
- 3. Compartir con su familia
- 4. Estar solo
- 5. Otros (Especifique)



### Anexo 3: El Inventario Sisco del Estrés Académico (Barraza-Macías, 2007)

#### EL INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO

El presente cuestionario tiene como objetivo central conocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes.

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

Si

No

**En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “si”, 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, donde (1) bajo, (2) mediamente bajo, (3) medio, (4) medianamente alto y (5) alto.

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:

La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra especifique: ____					



4. 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.

Reacciones físicas					
	1	2	3	4	5
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones psicológicas					
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otras (especifique)					
	1	2	3	4	5

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





Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otra (Especifique)					

**Anexo 4: Escala de Evaluación de las Relaciones Intrafamiliares (Rivera y Andrade, 2010)**

<b>ESCALA DE EVALUACIÓN DE LAS RELACIONES INTRAFAMILIARES (E.R.I)</b>						
La información que tú proporciones será estrictamente confidencial.						
A continuación, se presentan una serie de frases que se refieren a aspectos relacionados con tu familia. Indica cruzando con una X (equis) el número que mejor se adecue a la forma de actuar de tu familia, basándote en la siguiente escala:						
<b>TA</b> = 5 = Totalmente de acuerdo			<b>A</b> = 4 = De acuerdo			
<b>N</b> = 3 = Neutral			<b>D</b> = 2 = En desacuerdo			
<b>TD</b> = 1 = Totalmente en desacuerdo						
		<b>T</b>	<b>A</b>	<b>N</b>	<b>D</b>	<b>T</b>
		<b>A</b>				<b>D</b>
1	En mi familia hablamos con franqueza.					
2	Nuestra familia no hace las cosas juntas.					
3	Mis padres me animan a expresar abiertamente mis puntos de vista.					
4	Hay muchos malos sentimientos en la familia.					
5	Los miembros de la familia acostumbran hacer cosas juntas.					
6	En casa acostumbramos expresar nuestras ideas.					
7	Me avergüenza mostrar mis emociones frente a la familia.					
8	En nuestra familia es importante para todos expresar nuestras opiniones.					
9	Frecuentemente tengo que adivinar sobre que piensan los otros miembros de la familia o sobre cómo se sienten.					
10	Somos una familia cariñosa.					
11	Mi familia me escucha.					
12	Es difícil llegar a un acuerdo con mi familia.					
13	En mi familia expresamos abiertamente nuestro cariño.					
14	En mi familia, nadie se preocupa por los sentimientos de los demás.					
15	En nuestra familia hay un sentimiento de unión.					
16	En mi familia, yo me siento libre de expresar mis opiniones.					
17	La atmósfera de mi familia usualmente es desagradable.					



18	Los miembros de la familia nos sentimos libres de decir lo que traemos en mente.					
19	Generalmente nos desquitamos con la misma persona de la familia cuando algo sale mal.					
20	Mi familia es cálida y nos brinda apoyo.					
21	Cada miembro de la familia aporta algo en las decisiones familiares importantes.					
22	Encuentro difícil expresar mis opiniones en la familia.					
23	En nuestra familia a cada quien le es fácil expresar su opinión.					
24	Cuando tengo algún problema no se lo platico a mi familia.					
25	Nuestra familia acostumbra hacer actividades en conjunto.					
26	Nosotros somos francos unos con otros.					
27	Es difícil saber cuáles son las reglas que se siguen en nuestra familia.					
28	En mi familia acostumbramos discutir nuestros problemas.					
29	Los miembros de la familia no son muy receptivos para los puntos de vista de los demás.					
30	Los miembros de la familia de verdad nos ayudamos y apoyamos unos a otros.					
31	En mi familia, yo puedo expresar cualquier sentimiento que tenga.					
32	Los conflictos en mi familia nunca se resuelven.					
33	En mi familia expresamos abiertamente nuestras emociones.					
34	Si las reglas se rompen no sabemos que esperar.					
35	Las comidas en mi casa, usualmente son amigables y placenteras.					
36	En mi familia decimos las cosas abiertamente.					
37	Muchas veces los miembros de la familia se callan sus sentimientos para ellos mismos.					