

El estrés ocasionado en los jóvenes y adolescentes (Pacasmayo)” de la Universidad Cesar Vallejo. Sede Chepén- 2021

Palacios Chavarry Jackelyn Maribel. (<https://orcid.org/0000-0001-5507-6414>) correo: jpalaciosch6@ucvvirtual.edu.pe - Ing. Industrial.

Torres Aniceto Gabriela Alejandra. (<https://orcid.org/0000-0001-5959-1747>) correo: gtorresa12@ucvvirtual.edu.pe - Ing. Industrial.

RESUMEN

La presente investigación de tipo descriptiva, tiene como propósito determinar el nivel en el que se encuentra ocasionando el estrés, con las variables de rendimiento. Se trabaja con una muestra de 50 encuestadores. Los datos recalentadores serán procesados, muestran que el margen es de un 10%, nuestro nivel de confianza es de una 99% y los que nos acompañan en población son todos los estudiantes de Pacasmayo.

Palabras claves: Investigación, propósito y variables.

ABSTRACT

The present descriptive research aims to determine the level at which stress is causing, with the performance variables. It works with a sample of 50 interviewers. The reheating data will be processed, they show that the margin is 10%, our confidence level is 99% and those who accompany us in population are all the students of Pacasmayo.

Key words: Research, purpose, variables.

INTRODUCCIÓN

A lo largo de la historia, muchos de los jóvenes están sufriendo este gran problema podemos deducir que los jóvenes corren el riesgo de sufrir severos trastornos alimenticios de alguna preocupación que le sucede. El estrés es percibido por la autoestima que conduce a la situación de su vida como impredecible e incontrolable, por lo que el estrés es particularmente entre un individuo y su entorno capaz de poner en peligro su bienestar, ya que sus principales causas son los factores económicos, sobrecarga de trabajo, no tener tiempo libre.

Según la universidad católica de Uruguay, el afrontamiento al estrés implica un conjunto de acciones cognitivas y afectivas que se manifiestan en respuesta a una preocupación particular.

Es importante también los niveles de estrés laboral en adolescentes que por ende estudian y trabajan; ya que, estar al tanto hace tomar decisiones para mantener o reducir dichos niveles y de esta forma aumentar la productividad de los colaboradores, así como, proteger la salud física y mental.

Según Francisco, H. (2015) El estrés es algo natural, es bueno conocerlo y saberlo manejar. Es un estupendo mecanismo animal, de supervivencia. En ocasiones se comporta como un enemigo que afecta el cuerpo, a la mente y al comportamiento del ser humano, por lo tanto, a las familias y al trabajo. Un enemigo que no se sabe manejar puede provocar enfermedades y en ocasiones se llega hasta la muerte. Es bueno conocerlo, soportar su exceso y manejarlo de manera positiva. En ocasiones puede ser la propia defensa. Hay que aprender a manejar el estrés positivo para que cuando se presente se pueda enfrentar sin causar enfermedad a la persona.

En esta investigación se busca averiguar sobre el estrés que los adolescentes experimentan a diario, en el trabajo, en el estudio y los factores que influyen en los niveles que cada uno pueda presentar. Sin embargo se ha comprobado que no es únicamente en el ámbito laboral, sino también en otros aspectos de la vida personal ajenos al trabajo pero que, en cierto momento también influyen en el mismo; además todas las personas manejan niveles diferentes en pequeñas cantidades que constituye un estrés positivo y natural, establece una energía para realizar las tareas satisfactoriamente; el problema incide cuando el estrés negativo afecta el desempeño de las tareas y lejos de ayudar se convierte en una amenaza para la salud, que repercute en la formación académica.

Por otra parte, el trabajo y el estudio para el adolescente muchas veces se convierten en una necesidad y una oportunidad de trabajo para mejorar las condiciones de vida. Para lograrlo el adolescente y joven se esfuerza y trabaja de manera exagerada lo que constituye un gran daño para su salud, en la felicidad personal, relaciones interpersonales y para el funcionamiento dentro de la sociedad.

¿Cómo se investiga el daño que causa el estrés en la población?

Por lo general llegamos con este trabajo de investigación de tipo Optimización o correlacionar el grado de relación entre las variables pudiendo ser directa, indirecta, indiferencia, y a partir de esta información ya existen posibles soluciones a los problemas identificado en los procesos del estrés en la población.

NIVEL DEL ESTRÉS

Puede resultar complicado y confuso porque existen diferentes tipos de estrés: estrés agudo, estrés agudo episódico y estrés crónico. Cada uno cuenta con sus propias características, síntomas, duración y enfoques de tratamiento.

RENDIMIENTO ACADEMICO

Como rendimiento académico con respecto al estrés es que hemos adquirido nuevos conocimientos y hemos aprendido a cómo organizar nuestro primer tema de investigación con detalles.

MATERIAL Y MÉTODOS

Análisis Descriptivo Utilizando la estadística, de igual manera, mediante la observación directa con el objetivo de determinar las características y síntomas que existe entre en el estrés.

- Se elaboró los instrumentos para la recolección de datos
- De acuerdo con el programa establecido, se realizaron todas las pautas.
- Se aplicó los instrumentos a los estudiantes.
- Los datos obtenidos, fueron plasmados en cuadros gráficos estadísticos.

También hemos tomado en cuenta los siguientes puntos:

Calculadora de muestra

Nivel de
Confianza : 95% 99%

Margen de Error:

Población:

Limpiar

Calcular Muestra

Tamaño de
Muestra:

MUESTREO

En el estudio que estamos investigando sobre El estres, estuvo constituida por una parte de la población de Pacasmayo, usando el muestreo probabilístico aleatorio, de la cual extraeremos información.

RESULTADOS

Se presenta los resultados de esta investigación mediante textos, tablas y grafico; teniendo en cuenta Cada tabla y figura contenida en el artículo debe estar detalladamente descrita, conviene corresponder los distintos resultados con los objetivos y los materiales y métodos utilizados. Presentar hechos negativos y positivos, siempre que sean relevantes. El texto es la forma más rápida y eficaz de presentar nuestro tema detallado. Las tablas son la forma ideal de presentar datos precisos. Por el contrario, los números son adecuados para presentar datos que muestran importantes.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En el estudio y rendimiento académico de cual los entrevistados fueron los pobladores dieron como resultados obtenidos que permitieron identificar que el 99% tiene un problema de estrés ya que no se puede convivir trabajando y estudiando a la vez.

CONCLUSIONES

- En el presente trabajo de investigación se ha determinado el grado de afectación del estrés en jóvenes y adolescentes.
- Se ha analizado cuáles son las consecuencias del estrés.
- Se ha examinado el grado de afectación del estrés en jóvenes y adolescentes.
- Se ha observado y comentado sobre la afectación y el grado del estrés.

REFERENCIAS

- Orlandini, A. (2012), *“el estrés que es y cómo evitarlo”* recuperado de https://books.google.es/books?id=d8-KuiJAOXIC&lpg=PT3&ots=_-bM9qxnxD&dq=como%20afecta%20el%20estres&lr&hl=es&pg=PA1#v=onepage&q&f=true
- Richard S. Lazarus, *“Estrés y emoción manejo e implicaciones en nuestra salud”* <https://www.edesclee.com/img/cms/pdfs/9788433015235.pdf> -estres y emocion
- Francisco, H. (2015), *“Estrés en adolescentes que estudian y trabajan”* <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/22/Mendez-Hugo.pdf>

