

**Elaboración y evaluación de propiedades psicométricas de una escala de Estrés Académico en estudiantes universitarios de Trujillo**

Wendy Ortega-Silva (orcid.org/0000-0002-8723-7566)

wortegas@ucvvirtual.edu.pe, Psicología, IX Ciclo.

Jhohany, García-Zegarra, (orcid.org/0009-0008-5288-5548)

gzegarrais@ucvvirtual.edu.pe, Psicología, IX Ciclo.

Belén, Valverde-Algarate (orcid.org/0000-0002-2527-628)

mvalverdeal24@ucvvirtual.edu.pe, Psicología, IX Ciclo.

Dr. Sandro Fernández-Rojas (orcid.org/0000-0003-2375-0165)

Recibido 30 Abril 2025 Revisado 04 Mayo 2025. Publicado 22 Mayo 2025

Generalidades:	
● Nivel:	III
● Objetivo de Desarrollo Sostenible y Meta:	Salud y bienestar
● Línea de Investigación:	Violencia
● Línea de Responsabilidad Social Universitaria:	Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

**Resumen**

La presente investigación se enmarca en el Objetivo de Desarrollo Sostenible N° 3: Salud y Bienestar, y tuvo como objetivo diseñar y analizar las propiedades psicométricas de una escala de Estrés Académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Trujillo. El estudio fue de tipo aplicado, con enfoque cuantitativo y diseño instrumental. La muestra estuvo conformada por 163 estudiantes, seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. Se aplicó una escala tipo Likert de 30 ítems, evaluada por cinco jueces expertos para validar el contenido mediante el coeficiente V de Aiken ($V \geq 0.80$). El análisis factorial exploratorio (AFE) y confirmatorio (AFC) identificó una estructura trifactorial coherente con el modelo teórico: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Los índices de ajuste obtenidos ($KMO = 0.939$; $CFI = 0.912$; $RMSEA = 0.067$) respaldaron la validez estructural del instrumento. La escala demostró una alta confiabilidad (α de Cronbach total = 0.954), con valores adecuados en cada dimensión. Además, se elaboraron baremos percentilares para facilitar la interpretación de los niveles de estrés. En conclusión, se construyó un instrumento válido y confiable, útil para la detección del estrés académico en contextos universitarios, lo que permitirá orientar intervenciones psicológicas y educativas que promuevan el bienestar estudiantil.

Palabras clave: estrés académico, estudiantes universitarios, psicometría, pruebas psicológicas, bienestar psicológico

Abstract

This research aligns with Sustainable Development Goal No. 3: Good Health and Well-being, and aimed to design and analyze the psychometric properties of an Academic Stress Scale for university students in the city of Trujillo. The study followed an applied type, with a quantitative approach and instrumental design. The sample consisted of 163 students selected through non-probabilistic convenience sampling. A 30-item Likert-type scale was developed and assessed by five expert judges to establish



content validity using Aiken's V coefficient ($V \geq 0.80$). Exploratory and confirmatory factor analyses (EFA and CFA) revealed a three-factor structure consistent with the theoretical model: stressors, symptoms, and coping strategies. The model showed good fit indices (KMO = 0.939; CFI = 0.912; RMSEA = 0.067), supporting the structural validity of the instrument. The scale also demonstrated high reliability (overall Cronbach's $\alpha = 0.954$), with acceptable internal consistency for each dimension. In addition, percentile norms were developed to aid in the interpretation of academic stress levels. In conclusion, the resulting scale proved to be a valid and reliable tool for assessing academic stress among university students, offering practical utility for guiding psychological and educational interventions aimed at promoting student well-being

Keywords: academic stress, university students, psychometrics, psychological tests, psychological well-being



I. INTRODUCCIÓN

El estrés académico de los alumnos universitarios representa una problemática común que impacta significativamente durante su trayectoria formativa generando inquietud y malestar. Esta investigación se incluye con los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la ODS 3: Salud y Bienestar, donde se tiene como objetivo avalar y fomentar el bienestar integral de las personas incluyendo el adecuado desenvolvimiento académico de los estudiantes. Según lo señalado por Cannon (2023), este tipo de estrés desencadena en los universitarios una respuesta de evasión frente a determinadas situaciones, originándose como consecuencia de las múltiples exigencias y expectativas propias del ámbito de la educación superior

A nivel internacional, se calcula que al menos uno de cada cuatro estudiantes universitarias atraviesa actualmente por situaciones relacionadas con estrés académico, siendo las carreras vinculadas al área de la salud las que registra los niveles elevados. En un estudio realizado en Ecuador, Moscoso & Barzallo (2019) encontraron que el 90% de los estudiantes manifestaron experimentar algún grado de estrés académico, de ellos, un 6% lo describió con una intensidad moderada, mientras un 4% reportó niveles altos de estrés. Además, los datos reflejaron una mayor prevalencia en mujeres, alcanzando un 95.45%.

En el contexto peruano tampoco escapa a esta problemática, ya que se reporta que el 47.1% de los alumnos presentan un nivel elevado de estrés, 37.8 % un nivel moderado y un 15.1% un nivel bajo. Siendo estos, los que más contribuyen a esta situación destacando la sobrecarga de tareas académicas y los métodos de evaluación empleados. (Ortega et al., 2025)

Medesbal (2022) Menciona que en una población de lima reveló que un 96% de los alumnos experimentan un nivel moderado de estrés percibido mientras un 3% manifestó un nivel alto y solo un 1 % un nivel bajo

Por ello, se formuló la consecuente pregunta: ¿Cuáles son las propiedades psicométricas de la escala de E.A. en universitarios de la ciudad de Trujillo? En este sentido, el objetivo general es la Construcción de propiedades psicométricas de la escala de estrés académico en estudiantes universitarios de Trujillo. Así mismo, los objetivos específicos: Obtener la evidencia de validez basada en el contenido mediante el criterio de jueces que avalan el uso de la Escala. Realizar el análisis descriptivo de la Escala. Determinar la evidencia de validez basada en la estructura interna mediante el análisis factorial exploratorio y confirmatorio de la escala. Establecer la confiabilidad por consistencia interna de la Escala. Establecer los baremos percentilares de la escala.



Esta investigación se justifica teóricamente porque permitirá comprender los factores emocionales, cognitivos y conductuales que influyen en el estrés académico, aportando nuevos conocimientos a la psicología educativa. En el plano práctico, la creación de esta escala facilitará la evaluación precisa del estrés, optimizando la detección temprana, la implementación de programas de prevención y manejo del estrés para mejorar el bienestar académico. Socialmente, este estudio visibiliza el E.A, sensibilizando a las instituciones sobre la necesidad de políticas de apoyo psicológico que fortalezcan la salud mental de la comunidad universitaria. Metodológicamente, la investigación aportará valor al diseño y validación de instrumentos psicométricos, asegurando la rigurosidad científica y proporcionando una herramienta confiable que podrá ser replicada o adaptada en otros contextos. Además, esta escala servirá como base para futuras investigaciones que busquen explorar intervenciones específicas, comparar niveles de estrés en distintas poblaciones o analizar tendencias a lo largo del tiempo, ampliando así el campo de estudio del estrés académico.

En los antecedentes internacionales tenemos que según Fouilloux et al. (2021) evaluaron las propiedades psicométricas del Cuestionario de Estrés Académico en la Universidad (CEAU) en una muestra de 232 estudiantes de primer año de Medicina en México. El cuestionario, compuesto por 19 ítems sobre situaciones académicas estresantes, fue validado mediante análisis factorial y su convergencia con la escala de malestar psicológico de Kessler (K-10). Las respuestas evidenciaron que los ítems se asociaron en cuatro componentes, explicando inicialmente el 45% de la varianza total, la cual aumentó a 57% tras la eliminación de un reactivo con baja carga factorial. Además, el instrumento mostró una correlación significativa con la K-10 ($r = 0.64$), confirmando su validez de constructo y su utilidad para medir el E.A. en universitarios.

Respecto a antecedentes nacionales se mostró que Huaman & Vilchez (2024) evaluaron las propiedades psicométricas del Inventario SISCO de Estrés Académico en estudiantes de educación superior técnica en Jaén. La validez del constructo fue determinada por siete jueces expertos, y el análisis estadístico de los ítems se realizó con JAMOVI, SPSS y JASP. Se eliminó un ítem por no cumplir criterios de homogeneidad, quedando un inventario de 30 ítems. La confiabilidad, medida con α de Cronbach (0.82) y coeficiente Ω (0.70 – 0.90), demostró alta consistencia interna, concluyendo que el instrumento SISCO-21 posee propiedades psicométricas adecuadas.

Quito (2019) realizó un estudio psicométrico sobre el Inventario SISCO de E.A. en alumnos de nivel secundario de una institución pública en Breña. La investigación contó con una



muestra de 977 alumnas entre 11 y 17 años. La confiabilidad del instrumento fue alta, con un α de 0.916 y un Coeficiente Ω de 0.918. La validez de contenido, determinada mediante el V de Aiken con la evaluación de 10 jueces, mostró puntajes de 1.00 en la mayoría de los ítems. El análisis factorial confirmatorio y exploratorio identificó cuatro.

En cuanto a los antecedentes locales tenemos que Ancajima (2017) llevó a cabo un estudio sobre las propiedades psicométricas del Inventario SISCO del E.A en una universidad de Trujillo. La investigación incluyó a 845 estudiantes de pregrado, con edades entre 18 y 25 años. Los resultados mostraron una confiabilidad, medida mediante el coeficiente omega, de 0.85 en la dimensión de estímulos estresores, 0.74 en estrategias de afrontamiento y 0.94 en síntomas. Además, el análisis de validez arrojó un RMSEA de 0.076, indicando un ajuste adecuado, un GFI de 0.82 y un CFI de 0.84.

Según Álvarez et al. (2021) La investigación realizada se fundamenta en la teoría del estrés académico propuesta por Barraza Macías. Este autor describe el E.A. como un transcurso organizado, dúctil y psicológico que surge ante las demandas del entorno académico que superan las capacidades del individuo. La teoría contempla tres dimensiones: estresores, que representan las exigencias académicas; síntomas, que son las reacciones físicas, emocionales o cognitivas ante el estrés; y estrategias de afrontamiento, que incluyen las acciones empleadas para restaurar el equilibrio emocional. El estudio utilizó el Inventario SISCO como instrumento para evaluar dichas dimensiones, lo que permitió medir la intensidad del estrés académico auto percibido por los residentes y analizar las estrategias de afrontamiento utilizadas frente a los estresores académicos.



II. MÉTODO

Comprender y medir rigurosamente el estrés académico en contextos universitarios exigió el diseño de un procedimiento metodológico estructurado bajo criterios científicos. Según la clasificación del Manual de Oslo (2018), el estudio fue de tipo aplicada, al orientarse a la solución de un problema específico a través de la construcción y validación de un instrumento psicométrico. Se adoptó un enfoque cuantitativo, con un diseño instrumental, centrado en el análisis empírico de datos numéricos para sustentar la validez y confiabilidad del instrumento. La variable analizada fue el estrés académico, definido como un proceso psicoemocional que emerge cuando las demandas académicas superan los recursos de afrontamiento del estudiante (Cassaretto, 2021). Para su evaluación, se diseñó una escala compuesta por tres dimensiones teóricamente fundamentadas: estresores académicos (presión por evaluaciones, carga excesiva, falta de tiempo), síntomas emocionales y conductuales (ansiedad, irritabilidad, insomnio), y estrategias de afrontamiento (autocuidado, planificación, regulación emocional), en concordancia con Ortega et al. (2025).

La población estuvo conformada por estudiantes universitarios de Trujillo, Perú. Se incluyeron jóvenes entre 18 y 25 años que cursaban estudios superiores y brindaron su consentimiento informado. Se excluyeron los casos con cuestionarios incompletos o con autoinformes de antecedentes clínicos graves asociados al estrés. La muestra fue de 163 estudiantes, seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia.

El instrumento, una escala tipo Likert de elaboración propia, fue administrado virtualmente a través de formularios electrónicos. La recolección de datos comprendió tres fases: desarrollo del instrumento, validación de contenido y aplicación empírica. La validez de contenido fue determinada mediante el coeficiente V de Aiken, cuyos valores oscilaron entre 0.81 y 0.97, evidenciando alta concordancia entre jueces. La consistencia interna se estimó mediante los coeficientes alfa de Cronbach, con valores superiores a .85 en todas las dimensiones.



El análisis estadístico se ejecutó con los softwares SPSS (v.26), Jamovi (v.2.4) y AMOS (v.24). Se realizaron análisis descriptivos, distribución de frecuencias, pruebas de normalidad y consistencia interna. Posteriormente, se efectuó un Análisis Factorial Exploratorio (AFE) con mínimos cuadrados no ponderados y rotación oblmin, seguido por un Análisis Factorial Confirmatorio (AFC) con estimación por máxima verosimilitud, considerando índices como CFI, TLI, NFI, AIC y RMSEA para evaluar el ajuste del modelo teórico.

En lo ético, se respetaron los lineamientos del Código de Ética de la Universidad César Vallejo (UCV, 2023), garantizando el anonimato, la confidencialidad de la información y el consentimiento informado. La investigación fue supervisada por el comité de ética institucional, en cumplimiento de los artículos 1, 4, 7, 8, 9 y 11 del reglamento.

III. RESULTADOS

3.1. Validez de contenido:

Tabla 1

Coefficiente de Aiken para la validez de contenido de los ítems de la escala de Estrés Académico.

N° Ítems	Media			DE	V AIKEN
	Relevancia	Pertenencia	Claridad		
1	1	1	1	0	1
2	1	1	1	0	1
3	1	1	1	0	1
4	0.8	0.8	1	0	1
5	1	1	1	0	1
6	1	1	1	0	1
7	1	1	1	0	1
8	1	1	1	0	1
9	1	1	1	0	1
10	1	1	1	0	1
11	1	1	1	0	1
12	1	1	1	0	1
13	1	1	1	0	1
14	1	1	1	0	1
15	1	1	1	0	1
16	1	1	1	0	1
17	1	1	1	0	1
18	1	1	1	0	1
19	1	1	0.8	0	1
20	1	1	1	0	1



21	1	1	1	0	1
22	1	1	1	0	1
23	1	1	1	0	1
24	1	1	1	0	1
25	1	1	1	0	1
26	1	1	1	0	1
27	1	1	1	0	1
28	1	1	1	0	1
29	1	1	1	0	1
30	1	1	1	0	1

Nota: V: Estadísticos de Aiken; DE: Desviación Estándar.

La evaluación de la Escala de Estrés Académico por parte de cinco jueces expertos evidenció altos niveles de validez de contenido en función de los criterios de relevancia, pertinencia y claridad. Los resultados obtenidos muestran un Coeficiente V de Aiken de 1.00 en 27 de los 30 ítems que componen la escala, valor que indica un consenso total entre los jueces respecto a la adecuación de dichos ítems para medir la variable de estudio. Además, las desviaciones estándar asociadas a estos ítems fueron de 0.00, lo que refuerza la homogeneidad en las evaluaciones realizadas por los expertos.

No obstante, se identificaron algunos ítems que presentaron coeficientes ligeramente inferiores. El ítem 4 mostró valores de 0.80 en los criterios de relevancia y pertinencia, con una desviación estándar de 0.45, mientras que el ítem 19 presentó un valor de 0.80 en el criterio de claridad, también con una desviación estándar de 0.45. Si bien estos valores siguen estando dentro de los parámetros aceptables, sugieren una menor unanimidad entre los jueces y podrían beneficiarse de una revisión para mejorar su formulación y asegurar una mayor claridad o congruencia conceptual.

3.2. Análisis Descriptivos:

Tabla 2

Estadísticos descriptivos de la Escala de Estrés Académico

Nº it	M	DE	As	C	ID	CD
Ítem 1	2.11	1.034	-0.056	0.026	0.430	0.687
Ítem 2	1.82	1.074	0.016	-0.441	0.390	0.559
Ítem 3	2.35	1.088	-0.219	-0.468	0.470	0.708
Ítem 4	1.32	1.201	0.626	-0.419	0.520	0.614
Ítem 5	2.32	1.072	-0.205	-0.291	0.500	0.746
Ítem 6	2.06	1.078	0.071	-0.431	0.480	0.684
Ítem 7	2.06	1.138	-0.020	-0.659	0.390	0.488
Ítem 8	2.21	1.029	-0.216	-0.128	0.530	0.774
Ítem 9	2.15	1.078	-0.184	-0.398	0.480	0.716



Ítem 10	2.05	1.052	-0.069	-0.234	0.490	0.714
Ítem 11	2.44	1.080	-0.374	-0.303	0.400	0.598
Ítem 12	2.34	1.160	-0.114	-0.816	0.500	0.662
Ítem 13	2.28	1.088	-0.153	-0.445	0.540	0.764
Ítem 14	1.94	1.081	0.188	-0.279	0.500	0.726
Ítem 15	2.07	1.124	-0.002	-0.612	0.480	0.640
Ítem 16	2.02	1.000	0.039	0.201	0.440	0.754
Ítem 17	1.99	1.062	-0.020	-0.200	0.540	0.762
Ítem 18	2.34	1.068	-0.166	-0.458	0.520	0.773
Ítem 19	2.01	1.100	0.062	-0.522	0.490	0.674
Ítem 20	2.19	1.072	-0.104	-0.380	0.570	0.792
Ítem 21	1.97	1.175	0.038	-0.765	0.380	0.530
Ítem 22	2.25	1.140	-0.224	-0.488	0.370	0.555
Ítem 23	2.31	1.161	-0.184	-0.735	0.370	0.565
Ítem 24	2.04	1.175	-0.039	-0.640	0.340	0.503
Ítem 25	2.16	1.143	-0.186	-0.353	0.350	0.518
Ítem 26	2.20	1.148	-0.213	-0.497	0.340	0.474
Ítem 27	1.88	1.159	0.063	-0.685	0.300	0.460
Ítem 28	1.92	1.137	0.151	-0.624	0.350	0.517
Ítem 29	2.57	1.067	-0.439	-0.272	0.270	0.486
Ítem 30	2.2	1.049	-0.23	-0.22	0.25	0.46

Nota: It: Ítems; M: Media; DE: Desviación Estándar; As: Asimetría; C: Curtosis; ID: Índice de Discriminación; CD: Coeficiente de Discriminación.

Previo al análisis descriptivo, se realizó un proceso de depuración de datos mediante gráficos de caja en el software, lo que permitió identificar y eliminar 5 casos atípicos de una muestra inicial de 163 participantes, resultando en una muestra final de 161 sujetos.

En la tabla de análisis descriptivo de ítems, se observa que la mayoría de los reactivos presentan valores adecuados en cuanto a simetría y curtosis, alineándose con los criterios establecidos por Field, (2010), quien sugiere que la simetría debe encontrarse entre -2 y +2, y la curtosis entre -7 y +7. Lo anterior indica que los datos no se desvían significativamente de la normalidad, por lo que pueden considerarse distribuciones aceptables.

Asimismo, los índices de discriminación se ubican en su mayoría por encima del valor mínimo recomendable de 0.30, según lo señalado por Kline (2011), lo cual denota una adecuada capacidad de los ítems para diferenciar entre participantes con distintos niveles de estrés académico. En particular, destacan ítems como el 20, 8, 18 y 13, cuyos coeficientes de discriminación se encuentran por encima de 0.75, evidenciando una excelente sensibilidad para captar diferencias individuales.

Por otro lado, algunos ítems como el 29 (0.27) y 30 (0.25) presentan índices de discriminación bajos, lo que indica una menor capacidad para distinguir entre niveles de la variable.

3.3. Medidas de adecuación del Análisis Factorial Exploratorio:



El análisis factorial exploratorio (AFE) de la Escala E.A. evidenció una estructura tridimensional que explica el 64.20% de la varianza total explicada. El Factor 1, con una carga significativa en ítems como el 8, 20, 9 y 17, representa la dimensión principal del constructo evaluado. El Factor 2 - 3, aunque con menor varianza explicada, aportan a la comprensión integral del fenómeno del estrés académico.

La adecuación muestral fue confirmada mediante el índice KMO de 0.939 y la prueba de esfericidad de Bartlett ($\chi^2 = 3338.735$, $gl = 351$, $p < .001$), indicando que los datos son apropiados para el AFE. Estos hallazgos son consistentes con estudios recientes que destacan la multidimensionalidad del estrés académico en contextos universitarios García et al., (2020).

En conclusión, la estructura factorial identificada respalda la validez estructural de la escala, proporcionando una herramienta fiable para la evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios.

A continuación, la siguiente tabla muestra las cargas factoriales correspondientes a cada ítem, distribuidos según los tres factores extraídos.

Tabla 3*Cargas de los Factores la Escala de Estrés Académico*

	Factores		
	1	2	3
ÍTEM 8	0.827		
ÍTEM 20	0.813		
ÍTEM 9	0.810		
ÍTEM 17	0.807		
ÍTEM 6	0.803		
ÍTEM 18	0.803		
ÍTEM 16	0.797		
ÍTEM 10	0.795		
ÍTEM 3	0.760		
ÍTEM 5	0.749		
ÍTEM 13	0.746		
ÍTEM 19	0.744		
ÍTEM 14	0.736		
ÍTEM 15	0.714		
ÍTEM 4	0.699		
ÍTEM 12	0.690		
ÍTEM 7	0.642		
ÍTEM 2	0.569		
ÍTEM 30		0.757	



ÌTEM 26	0.738	
ÌTEM 28	0.735	
ÌTEM 27	0.681	
ÌTEM 29	0.677	
ÌTEM 22		0.821
ÌTEM 21		0.747
ÌTEM 23		0.717
ÌTEM 24		0.691

Auto valores iniciales Factores		Total	% acumulado
	1	12.754	47.238
Varianza total explicada	2	3.328	59.563
	3	1.501	64.203

Prueba de KMO y Bartlett		
Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		0.939
Aprox. Chi-cuadrado		3338.735
Prueba de esfericidad de Bartlett	gl	351
	Sig.	0.000

3.4. Medidas de adecuación del Análisis Factorial Confirmatorio

Tabla 4:

Cargas de los Factores la Escala de Estrés Académico

	Factor		
	1	2	3
ÌTEM 8	0.814		
ÌTEM 9	0.803		
ÌTEM 20	0.803		
ÌTEM 17	0.798		
ÌTEM 6	0.796		
ÌTEM 16	0.794		
ÌTEM 10	0.793		
ÌTEM 18	0.788		
ÌTEM 19	0.737		
ÌTEM 3	0.736		
ÌTEM 5	0.735		
ÌTEM 13	0.719		



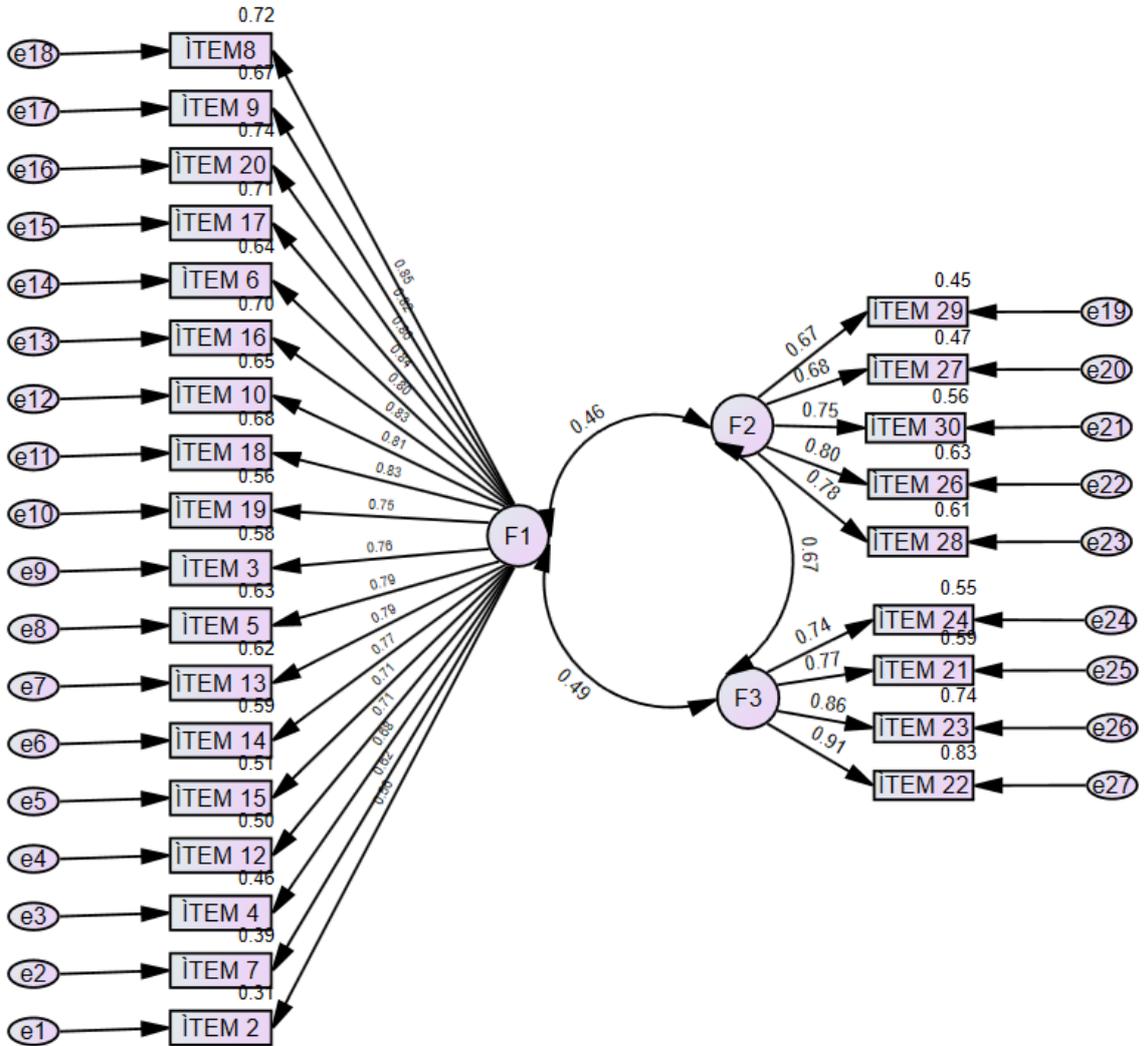
ÍTEM 14	0.707		
ÍTEM 15	0.677		
ÍTEM 12	0.663		
ÍTEM 4	0.659		
ÍTEM 7	0.638		
ÍTEM 2	0.527		
ÍTEM 28		0.712	
ÍTEM 26		0.694	
ÍTEM 30		0.691	
ÍTEM 27		0.618	
ÍTEM 29		0.605	
ÍTEM 22			0.856
ÍTEM 23			0.732
ÍTEM 21			0.650
ÍTEM 24			0.598
Factor	1	2	3
1	0.852	0.359	0.381
2	-0.516	0.458	0.724
3	-0.085	0.813	-0.575

El análisis factorial confirmatorio (AFC) realizado sobre la Escala E.A. evidenció una estructura tridimensional robusta, respaldada por cargas factoriales significativas y coherentes con la teoría subyacente. Los ítems asociados al Factor 1 presentan cargas superiores a 0.50, indicando una adecuada representación del constructo medido. Asimismo, los ítems correspondientes a los Factores 2 - 3 muestran cargas factoriales que oscilan entre 0.598 y 0.856, lo que respalda la validez estructural de la escala.

Estos hallazgos son consistentes con investigaciones previas que han validado estructuras factoriales similares en contextos académicos. Brito et al., (2019) encontraron una estructura factorial coherente en la Escala de Estrés Percibido aplicada a estudiantes universitarios, con cargas factoriales significativas que respaldan la validez del instrumento.

Figura 1

Estructura factorial de la escala de Estrés Académico



**Tabla 5***Medidas de ajuste adicionales*

Modelo de Ajuste	Índice de ajuste absoluto		Índice de ajuste comparativo				
	RMSEA	CFI	TLI	NFI	AIC	PAM	χ^2
AM1	0.067	0.912	0.897	0.831	768.068	600.068	0.849

Nota: RMSEA: Raíz cuadrada media del error de aproximación; CFI: Índice de ajuste comparativo; TLI: Índice incremental de Tucker-Lewis; NFI: Índice de ajuste normalizado; AIC: Criterio de Información de Akaike; PAM: Parsimony-Adjusted Measures; χ^2 : Chi square

Los autores Satorra y Bentler, (2001) demuestran que, frente a estas limitaciones, los índices absolutos como el GFI pueden volverse inestables o poco informativos, y sugieren priorizar indicadores más robustos, como el CFI, que ajusta por complejidad del modelo y es menos sensible a violaciones de supuestos. En consecuencia, un CFI superior a 0.90, como el obtenido en el presente modelo (CFI = 0.912), constituye un criterio válido y suficiente para considerar que el modelo se ajusta adecuadamente a los datos, incluso en ausencia del GFI. Además, valor del RMSEA = 0.067 sugiere un ajuste aceptable, ya que se encuentra por debajo del umbral de 0.08, que indica error medio cuadrático razonable. El TLI = 0.897, aunque ligeramente menor al punto de corte de 0.90, es aceptable considerando la sensibilidad de este índice a muestras moderadas. El NFI = 0.831, aunque inferior al valor ideal, tiende a disminuir con modelos complejos y tamaños muestrales pequeños, por lo que su interpretación debe ser cautelosa.

Respecto al AIC = 768.068 y el PAM = 600.068, estos indican una penalización moderada por complejidad del modelo, lo que sugiere un balance adecuado entre ajuste y parsimonia. Finalmente, el valor del chi-cuadrado ($\chi^2 = 0.849$) no es significativo, pero dada su sensibilidad al tamaño de muestra, su interpretación aislada no es concluyente. En conjunto, los índices muestran que el modelo presenta un ajuste estructural adecuado. Según Hu y Bentler (2001), la combinación de CFI > 0.90 y RMSEA < 0.08 es suficiente para aceptar la validez del modelo.



3.5. Baremos Percentilares

Tabla 6*Baremos percentilares de la Escala de Estrés Académico*

	Percentiles	EA	F1	F2	F3
Bajo	10	35.20	17.20	5.00	3.00
	20	43.80	26.00	7.00	5.00
	25	47.00	29.00	8.00	6.00
	30	49.60	31.00	9.00	7.00
	40	54.00	35.00	10.00	8.00
Medio	50	56.00	37.00	11.00	8.00
	60	59.20	39.20	12.00	10.00
	70	63.40	44.00	13.00	11.00
	75	66.50	47.00	14.00	11.50
Alto	80	70.60	49.00	14.00	12.00
	90	80.80	58.40	16.00	14.00
Media		56.60	37.31	10.76	8.53
Desv. estándar		20.373	15.476	4.489	4.097

Se muestran los baremos percentilares correspondientes a la Escala de Estrés Académico y sus tres dimensiones específicas: *Estresores* (F1), *Síntomas* (F2) y *Estrategias de Afrontamiento* (F3). Los valores se agrupan en tres rangos interpretativos: bajo (percentiles 10 a 25), medio (30 a 75) y alto (80 a 90), con el objetivo de facilitar una categorización clara y funcional del nivel de estrés académico en los evaluados.

El análisis de estos rangos indica un incremento progresivo de los puntajes a medida que se asciende en los percentiles, lo cual evidencia una adecuada sensibilidad discriminativa del instrumento. Por ejemplo, en el percentil 10 los puntajes son considerablemente bajos (EA = 35.20), mientras que en el percentil 90 alcanzan valores altos (EA = 80.80), mostrando que la escala permite diferenciar entre individuos con niveles significativamente distintos de estrés académico.

La media total de la escala se ubicó en 56.60 con una desviación estándar de 20.37, lo que sugiere una distribución amplia de los puntajes y una adecuada variabilidad interindividual. Este patrón se replica en las dimensiones específicas, reflejando una dispersión homogénea y útil para la interpretación clínica o educativa. La dimensión de *Estresores* (F1) presenta la mayor media (M = 37.31) y dispersión (DE = 15.48), indicando su peso predominante en la variabilidad del constructo evaluado, mientras que las dimensiones de *Síntomas* (F2) y



Estrategias de Afrontamiento (F3) reflejan medias más bajas pero consistentes ($M = 10.76$ y $M = 8.53$, respectivamente), con desviaciones estándar acordes.

3.6. Confiabilidad de la Escala

Tabla 7

Coefficiente de Confiabilidad Alfa Cronbach

	N° de elementos	α
Escala de Estrés Académico	27	0.954
Estresores	18	0.962
Síntomas	5	0.854
Estrategias de Afrontamiento	4	0.89

Nota: α : Alfa de Cronbach

La Tabla 7 presenta los coeficientes de confiabilidad obtenidos mediante el estadístico alfa de Cronbach, utilizado para evaluar la consistencia interna de la Escala E.A. y sus tres dimensiones: *Estresores*, *Síntomas* y *Estrategias de Afrontamiento*. Los resultados indican niveles de confiabilidad excelentes para la escala total ($\alpha = .954$) y para la dimensión de Estresores ($\alpha = .962$), así como niveles adecuados para las dimensiones de Síntomas ($\alpha = .854$) y Estrategias de Afrontamiento ($\alpha = .89$). De acuerdo con los criterios psicométricos actuales, valores de $\alpha \geq .80$ reflejan una consistencia interna adecuada y aceptable para fines de investigación psicológica Oviedo & Campo (2022). Se respalda la fiabilidad de la escala en la medición del constructo de E.A.



IV. DISCUSIÓN

El estudio tiene como objetivo analizar las propiedades psicométricas de una escala de estrés académico en estudiantes universitarios trujillanos, evaluando su validez de contenido, estructura interna y confiabilidad. A partir de los hallazgos obtenidos, se procede a discutir los resultados en función de los objetivos planteados y su vinculación con estudios previos y marcos teóricos relacionados.

En relación con el primer objetivo, que consistió en analizar la validez de contenido de los ítems de la escala, se observa que todos los ítems alcanzan valores aceptables del coeficiente V de Aiken, con puntuaciones superiores a 0.80. De forma concordante, Huamán y Vílchez (2024), al evaluar el contenido de su escala de estrés en universitarios cusqueños, reportan niveles equivalentes de acuerdo experto, lo que respalda la adecuación teórica y semántica de los ítems en contextos académicos peruanos.

Respecto al segundo objetivo, centrado en examinar la estructura interna del instrumento, los análisis factoriales exploratorio y confirmatorio proporcionan evidencia de validez basada en la estructura del constructo. El análisis factorial exploratorio revela la presencia de tres factores con cargas significativas, que se interpretan como: *Estresores Académico*, *Síntomas de Estrés* y *Estrategias de Afrontamiento*. Esta estructura resulta coherente con el modelo teórico de Fouilloux et al. (2021), quienes conceptualizan el estrés académico como un fenómeno multidimensional, compuesto por eventos desencadenantes, reacciones psicofisiológicas y mecanismos reguladores. De manera similar, Quito (2019) reporta una estructura trifactorial al validar una escala de estrés en estudiantes de psicología, observando dimensiones que se asemejan en su contenido y organización. Las cargas factoriales obtenidas en el presente estudio son elevadas (superiores a 0.60), y los índices de adecuación muestral ($KMO > .80$; prueba de esfericidad de Bartlett significativa) refuerzan la



idoneidad de la solución factorial. Por otro lado, el análisis factorial confirmatorio ratifica la estructura tripartita con índices de ajuste satisfactorios ($CFI > 0.90$, $RMSEA < 0.05$), consolidando la estabilidad y coherencia interna del modelo.

Con respecto al tercer objetivo, referido a evaluar la fiabilidad de la escala, los coeficientes de consistencia interna obtenidos mediante el alfa de Cronbach para cada dimensión resultan adecuados ($\alpha > 0.95$). Estos niveles de confiabilidad son comparables a los hallados por Ancajima (2017), quien reporta indicadores similares en la validación de un inventario de estresores académicos en universitarios limeños. Del mismo modo, Álvarez et al. (2021) informan coeficientes superiores a 0.80 en su estudio con estudiantes de ciencias de la salud, lo cual refuerza la estabilidad de las puntuaciones obtenidas en poblaciones universitarias peruanas. Estos resultados permiten concluir que la escala presenta una consistencia interna óptima y puede ser utilizada con fines diagnósticos, evaluativos e investigativos.

Es pertinente señalar algunas limitaciones metodológicas del presente estudio. En primer lugar, se reconoce que el diseño de tipo transversal impide establecer relaciones causales entre el estrés académico y otras variables psicosociales relevantes. En segundo lugar, la muestra estuvo compuesta exclusivamente por estudiantes de universidades de la ciudad de Trujillo, seleccionados por conveniencia, lo que limita la generalización de los hallazgos a otras regiones o tipos de instituciones educativas. De manera complementaria, aunque la escala ha sido evaluada con rigurosidad psicométrica, sería recomendable complementar la validez interna con análisis de validez convergente y predictiva en futuros estudios.



V. CONCLUSIONES

La *Escala de Estrés Académico* es completamente válida es aceptable y es fiablemente aplicable. Dentro de esta, se logró dar sentido a los siguientes objetivos: Respecto al primer objetivo, se concluyó que el instrumento evidenció una validez de contenido robusta, sustentada en coeficientes V de Aiken superiores a 0.80 en todos los ítems, lo cual indicó un alto nivel de acuerdo entre jueces expertos en términos de relevancia, coherencia y claridad. Estos resultados avalaron la adecuación conceptual de los reactivos frente al constructo teórico de estrés académico.

En relación con el segundo objetivo, se determinó que la escala presentó una estructura factorial válida, compuesta por tres factores latentes: Estresores Académicos, Síntomas Fisiológicos y Psicológicos, y Estrategias de Afrontamiento. El Análisis Factorial Exploratorio (AFE) permitió identificar una solución factorial coherente con la fundamentación teórica, mientras que el Análisis Factorial Confirmatorio (AFC) mostró índices de ajuste adecuados (CFI, TLI > .95; RMSEA < .06; SRMR < .05), confirmando la solidez estructural del modelo trifactorial propuesto.

En cuanto al tercer objetivo, se concluyó que el instrumento presentó altos niveles de consistencia interna, con coeficientes alfa de Cronbach y omega de McDonald superiores a



.85 en las tres dimensiones. Estos indicadores confirmaron que las puntuaciones obtenidas fueron precisas y reflejaron una adecuada homogeneidad de los ítems dentro de cada factor, garantizando la fiabilidad de las mediciones.

Como recomendación metodológica, se sugiere que futuras investigaciones incluyan evidencia de validez convergente y discriminante, mediante el uso de medidas relacionadas con constructos afines, y que se apliquen diseños longitudinales que permitan examinar la estabilidad temporal del instrumento. Asimismo, se recomienda replicar el estudio en contextos educativos diversos y con muestras más amplias y heterogéneas, a fin de reforzar la generalización de las propiedades psicométricas de la escala.

REFERENCIAS

- Brito-Ortiz, J. F., Nava-Gómez, M. E., & Juárez-García, A. (2019). Escala de estrés percibido en estudiantes de odontología, enfermería y psicología: validez de constructo. *Revista ConCiencia EPG*, 4(2), 42–54. https://www.researchgate.net/publication/338175224_Escala_de_estres_percibido_en_estudiantes_de_odontologia_enfermeria_y_psicologia_validez_de_constructo
- Campos, J., Chuquihuanga, A., León, J., & Loyola, M. (2022). *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO SV-21 para el estudio del Estrés Académico en universitarios del distrito de Trujillo, 2022* [Título de Bachiller, Universidad César Vallejo]. <https://es.scribd.com/document/737172669/Grupo-6-Estre-s-universitarios-Trujillo>
- Campos, M. (2021). El estrés académico: ¿Qué es? *Blog de María Jesús Campos*. <https://www.mariajesuscampos.es/el-estres-academico-que-es/>
- Cassaretto, M., Vilela, P., & Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *LIBERABIT. Revista Peruana de Psicología*, 27(2), e482–e482.
- Cannon, W. (2023). La teoría del estrés de Walter Cannon. *Mentes Abiertas Psicología*. <https://www.mentesabiertaspsicologia.com/blog-psicologia/la-teoria-del-estres-de-walter-cannon>
- Fouilloux, C., Amscheridam-Herrera, S. E., Tafoya, S. A., Fouilloux-Morales, M., & Barragán-Pérez, V. (2021). Propiedades psicométricas del cuestionario de estrés académico en la universidad (CEAU) en una muestra de estudiantes de Medicina mexicanos. *FEM: Revista de la Fundación Educación Médica*, 24(6), 295–302. <https://scielo.isciii.es/pdf/fem/v24n6/2014-9832-fem-24-6-295.pdf>



- García-Ros, R., Pérez-González, F., & Tomás, J. M. (2020). Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios: propiedades psicométricas de una versión reducida de la Escala de Estrés Académico. *Revista de Psicodidáctica*, 25(1), 36–44. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2530380519300243?via%3Dihub>
- Gil Álvarez, J. A., & Fernández Becerra, C. O. (2021). El estrés académico, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en residentes de Estomatología General Integral. *EDUMECENTRO*, 13(1), 16–31. <http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v13n1/2077-2874-edu-13-01-16.pdf>
- González, J. (2021). Metodología de la investigación científica: guía práctica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(5), 9738. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/download/7658/11619/>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Education. <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>
- Huamán Ojeda, B. J., & Vilchez Angulo, M. P. (2024). *Propiedades psicométricas del estrés académico del Inventario (SISCO) en estudiantes del nivel técnico superior, Jaén 2024* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/13306>
- Matos, J., & Meza, M. (2021). *Nivel de ansiedad y estrés académico en estudiantes de una universidad privada de Lima 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad de San Martín de Porres]. Repositorio Institucional USMP. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/16189/matos_pjm_meza_rmm.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Mendizábal Estrella, G. F., & Magallanes Medina, C. M. (2022). Niveles de estrés percibido en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *REPSI - Revista Ecuatoriana de Psicología*, 5(13), 166–177. <https://repsi.org/index.php/repsi/article/view/108/253>
- Moscoso, C., & Barzallo, J. (2019). *Estudio transversal: Prevalencia del Estrés Académico en Estudiantes de Medicina, Asociado al rendimiento académico, Universidad de Cuenca, Cuenca Ecuador*. <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/07/982157/2-estudio-transversal-prevalencia-del-estresa-academico.pdf>
- Olivari-Moreno, D., Peralta-Eugenio, G., & Castillo-Electo, E. (2024). Propiedades psicométricas del Test de Dependencia de Videojuegos (TDV) en jóvenes universitarios peruanos. *Revista Costarricense de Psicología*, 43(2), 1–14. <https://doi.org/10.22544/rcps.v43i02.06>
- Organización Mundial de la Salud. (2023). Estrés. <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- Oviedo, H. C., & Campo-Arias, A. (2022). Fiabilidad de las escalas de medición en las ciencias sociales: Uso del alfa de Cronbach. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 51(1), 60–70. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S003474502100069X?via%3Dihub>
- Quito Rojas, N. J. E. (2019). *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública del distrito de Breña – 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36627/Quito_RNJE-SD.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Robles, H., & Peralta, M. (2010). *Programa para el control de estrés*. <https://www.edicionespiramide.es/libro/manuales-practicos/programa-para-el-control-del-estres-humbelina-robles-ortega-9788436824414/>



- Rojas, G., Martínez, V., & Jiménez, A. (2019). Salud mental de estudiantes universitarios: ¿qué pueden hacer las universidades? *Universidad de Chile*.
<http://www.uchile.cl/noticias/153079/salud-mental-deestudiantes-universitarios>
- Roohafza, H., Afshar, H., Sadeghi, M., Rajabi, F., & Shokouh, P. (2020). Associations of cognitive appraisal and coping styles with psychiatric symptoms in a large sample of Iranian adolescents. *Child Psychiatry & Human Development*, 51(3), 406–415.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26109990/>

**ANEXOS****1. Tabla de operacionalización de variables o tabla de categorización****Tabla de especificaciones / Matriz de Operacionalización**

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Estrés Académico	Síntomas	Problemas de sueño	1.- Me cuesta conciliar el sueño debido a preocupaciones académicas.	Ordinal: Siempre = 4 Casi siempre = 3 A veces = 2 Casi nunca = 1 Nunca = 0
			2.- Me despierto durante la noche pensando en responsabilidades académicas	
			3.- La falta de sueño afecta mi concentración en clases o al estudiar.	
			4.- He experimentado pesadillas relacionadas con mi desempeño académico.	
			5.- Me siento cansado(a) durante el día debido a noches de mal descanso por el estrés universitario.	
		6. Siento falta de motivación para hacer mis tareas académicas.		
		7.- Postergó la realización de trabajos o estudios porque no tengo ganas de hacerlo.		



		Disminución de la motivación y el compromiso académico.	8.- Me siento agotado emocionalmente cuando pienso en mis responsabilidades académicas.	
			9.- La carga académica hace que pierda el interés en otras actividades que antes disfrutaba.	
			10.- A pesar de saber que tengo que cumplir con mis obligaciones académicas, me cuesta empezar a hacerlas	
		Evolución Académica	11.Me siento ansioso(a) antes de rendir un examen o presentar un trabajo académico.	
			12.La evaluación de los profesores me genera preocupación sobre mi rendimiento académico.	
			13. Considero que la presión por obtener buenas calificaciones afecta mi bienestar emocional.	
			14. Me resulta difícil concentrarme en los exámenes debido a la ansiedad que me generan.	



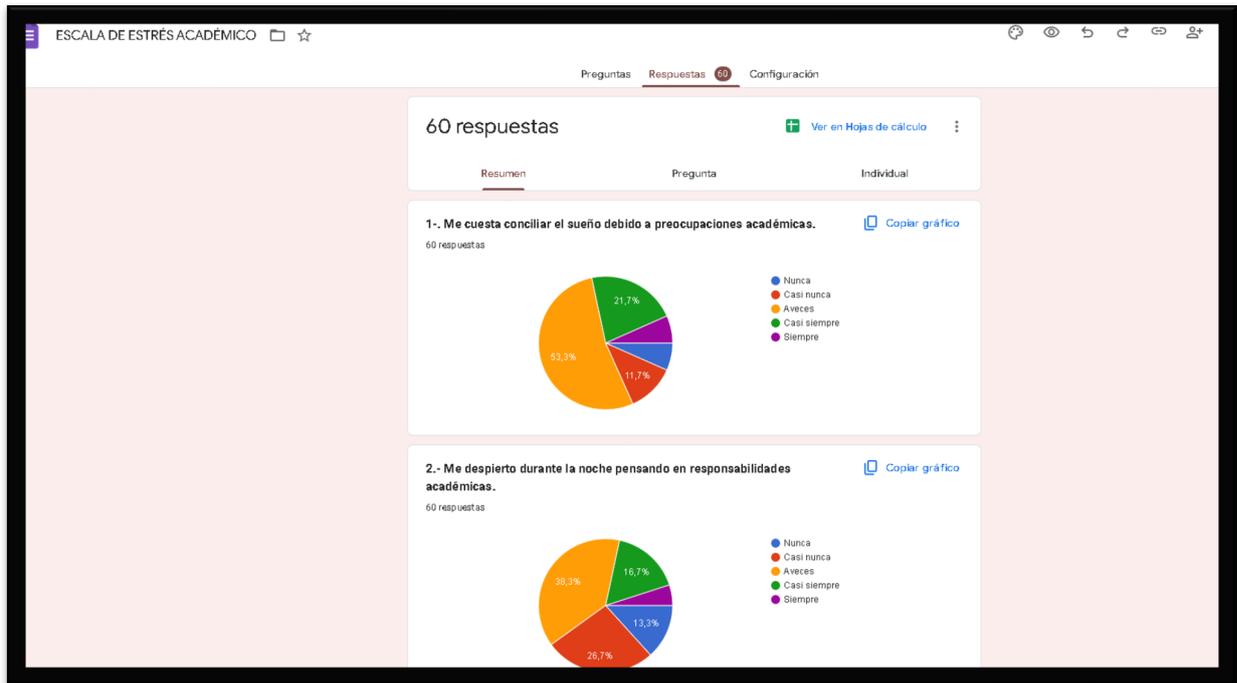
	Estresores		15.Después de una evaluación, sigo sintiéndome estresado(a) por el resultado obtenido.		
		Sobrecarga de tareas y trabajos estudiantiles	16.- La cantidad de tareas y trabajos académicos que debo realizar supera mi capacidad de organización.		
			17.- Siento que no tengo suficiente tiempo para completar todas mis responsabilidades académicas.		
			18.- La acumulación de trabajos y tareas me genera una sensación constante de agotamiento.		
			19.- Suelo posponer trabajos o tareas debido a la carga académica excesiva		
	20.- La presión por cumplir con todas las exigencias académicas afecta mi estado emocional.				
		Ventilación emocional			21. Cuando me siento estresado(a) por mis estudios, busco a alguien con quien hablar sobre mi.
			22.Expresar mis emociones sobre la carga académica me ayuda a sentirme más aliviado(a).		
			23.Compartir mis dificultades académicas con amigos, familiares o compañeros		



	Estrategias de afrontamiento		me hace sentir comprendido(a).	
			24. Prefiero hablar con alguien antes que enfrentar solo(a) el estrés académico.	
			25. Siento que expresar mis preocupaciones sobre la universidad me ayuda a manejar mejor el estrés.	
		Búsqueda de información sobre la situación estresante	26. Cuando enfrentó dificultades académicas, investigó estrategias para mejorar mi desempeño.	
			27. Busco orientación en profesores o tutores cuando tengo dificultades con mis estudios.	
			28. Intento aprender técnicas de manejo del estrés para mejorar mi bienestar académico.	
			29. Consultó recursos académicos (libros, artículos, videos) cuando me siento inseguro(a) respecto a un tema.	
			30. Antes de enfrentar una situación estresante en la universidad, trato de obtener información sobre cómo manejarla.	



2. PRUEBA PILOTO



3. Validación de jueces



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LA ESCALA DE ESTRÉS ACADÉMICO EN UNIVERSITARIOS DE LA CIUDAD DE TRUJILLO

Observaciones:

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador:

Dra. Rodriguez Mercedes Patricia Alvares

DNI: 19026855

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Especialidad	Periodo formativo
01	Universidad César Vallejo	Psuolopía Lic.	2008 a la fecha
02	-	Doctorado en Psic.	2014

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
01	Inst. Ad. Log. -UP	Psicóloga	Trujillo	2009 a la fecha	Psuolopía
02					
03					

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

² Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³ Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Dra. Patricia Alvares Rodríguez Mercedes
PSICOLOGA
C.P.S.P 9137

17 de Marzo de 2025

**Tabla 1**

Coeficiente de Aiken para la validez de contenido de los ítems de la escala de Estrés Académico.

N° ítems	Media			DE	V AIKEN
	Relevancia	Pertenencia	Claridad		
1	1	1	1	0	1
2	1	1	1	0	1
3	1	1	1	0	1
4	0.8	0.8	1	0	1
5	1	1	1	0	1
6	1	1	1	0	1
7	1	1	1	0	1
8	1	1	1	0	1
9	1	1	1	0	1
10	1	1	1	0	1
11	1	1	1	0	1
12	1	1	1	0	1
13	1	1	1	0	1
14	1	1	1	0	1
15	1	1	1	0	1
16	1	1	1	0	1
17	1	1	1	0	1
18	1	1	1	0	1
19	1	1	0.8	0	1
20	1	1	1	0	1
21	1	1	1	0	1
22	1	1	1	0	1
23	1	1	1	0	1
24	1	1	1	0	1
25	1	1	1	0	1
26	1	1	1	0	1
27	1	1	1	0	1
28	1	1	1	0	1
29	1	1	1	0	1
30	1	1	1	0	1

Nota: V: Estadísticos de Aiken; DE: Desviación Estándar.



3. Instrumento de recolección de datos

ESCALA DE ESTRÉS ACADÉMICO

Instrucciones:

A continuación, encontrará una serie de afirmaciones relacionadas con el estrés académico. Por favor, seleccione con una (X) la opción que mejor refleje su experiencia. No hay respuestas correctas o incorrectas, por lo que le recomendamos responder con total sinceridad. Utilice un lapicero de tinta azul o negra para completar la escala.

PREGUNTAS	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1.- Me cuesta conciliar el sueño debido a preocupaciones académicas.					
2.- Me despierto durante la noche pensando en responsabilidades académicas.					
3.- La falta de sueño afecta mi concentración en clases o al estudiar.					
4.- He experimentado pesadillas relacionadas con mi desempeño académico.					
5.- Me siento cansado(a) durante el día debido a noches de mal descanso por el estrés universitario.					
6.- Siento falta de motivación para hacer mis tareas académicas.					
7.- Postergó la realización de trabajos o estudios porque no tengo ganas de hacerlo.					
8.- Me siento agotado emocionalmente cuando pienso en mis responsabilidades académicas.					
9.- La carga académica hace que pierda el interés en otras actividades que antes disfrutaba.					
10.- A pesar de saber que tengo que cumplir con mis obligaciones académicas, me cuesta empezar a hacerlas.					
11.- Me siento ansioso(a) antes de rendir un examen o presentar un trabajo académico.					
12.- La evaluación de los profesores me genera preocupación sobre mi rendimiento académico.					
13.- Considero que la presión por obtener buenas calificaciones afecta mi bienestar emocional.					
14.- Me resulta difícil concentrarme en los exámenes debido a la ansiedad que me generan.					
15.- Después de una evaluación, sigo sintiéndome estresado(a) por el resultado obtenido.					
16.- La cantidad de tareas y trabajos académicos que debo realizar supera mi capacidad de organización.					



18.- La acumulación de trabajos y tareas me genera una sensación constante de agotamiento.					
19.- Suelo posponer trabajos o tareas debido a la carga académica excesiva					
20.- La presión por cumplir con todas las exigencias académicas afecta mi estado emocional.					
21.- Cuando me siento estresado(a) por mis estudios, busco a alguien con quien hablar sobre mi.					
22.- Expresar mis emociones sobre la carga académica me ayuda a sentirme más aliviado(a).					
23.- Compartir mis dificultades académicas con amigos, familiares o compañeros me hace sentir comprendido(a).					
24.- Prefiero hablar con alguien antes que enfrentar solo(a) el estrés académico.					
25.- Siento que expresar mis preocupaciones sobre la universidad me ayuda a manejar mejor el estrés.					
26.- Cuando enfrenté dificultades académicas, investigué estrategias para mejorar mi desempeño.					
27.- Busco orientación en profesores o tutores cuando tengo dificultades con mis estudios.					
28.- Intento aprender técnicas de manejo del estrés para mejorar mi bienestar académico.					
29.- Consulté recursos académicos (libros, artículos, videos) cuando me siento inseguro(a) respecto a un tema.					
30.- Antes de enfrentar una situación estresante en la universidad, trato de obtener información sobre cómo manejarla.					



ECT

**Revista Científica Emprendimiento
Científico Tecnológico**

ISSN: 2810 – 8493

<https://revista.ectperu.org.pe/index.php/ect/index>

4. Turnitin



Top Sources

- 12% Internet sources
- 2% Publications
- 14% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	3%
2	Internet	hdl.handle.net	2%
3	Internet	www.sidalc.net	1%
4	Submitted works	Universidad Tecnológica Centroamericana UNITEC on 2024-11-27	1%
5	Submitted works	Universidad Cesar Vallejo on 2024-01-19	<1%
6	Submitted works	Universidad Cesar Vallejo on 2023-07-19	<1%
7	Submitted works	Universidad Ricardo Palma on 2024-05-08	<1%
8	Submitted works	Universidad Cesar Vallejo on 2017-07-06	<1%
9	Internet	1library.co	<1%
10	Submitted works	Universidad Católica de Santa María on 2022-05-05	<1%
11	Internet	pesquisa.bvsalud.org	<1%



**5. Solicitud y autorización de uso de instrumento (en caso aplique) o evidencia de uso y acceso libre.****UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO*****“Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana”***

Trujillo, 24 de marzo de 2025

OFICIO N° 085- 2025 - ESC-PSIC/UCV-T**Dra. Marvin Moreno Medina****Coordinador - Escuela de Psicología - Universidad César Vallejo****PRESENTE.**

Mediante la presente, nos dirigimos a usted para saludarlo cordialmente y al mismo tiempo presentarles a las estudiantes de la Escuela de Psicología de la universidad César Vallejo de la ciudad de Trujillo:

- *García Zegarra Jhohany Stefany*
- *Ortega Silva, Wendy Valentina*
- *Valverde Algarate, María Belén*

Quienes actualmente están realizando el Proyecto de Investigación titulado: “Construcción y propiedades psicométricas de la escala de Estrés Académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Trujillo”; para lo cual necesitan de su apoyo brindando su autorización, para que las estudiantes en mención puedan tener acceso al número de población de su alumnado tanto de turno mañana como del turno tarde y así aplicar cuestionarios psicológicos para la recolección de los datos.

Conocedores de su capacidad de colaboración para con los estudiantes, estamos seguros del apoyo que se nos brindará.

Agradeciéndole por su gentil atención, me despido de usted reiterándole mi especial consideración.

Atentamente.

Dr. Marvin Moreno Medina
Coordinador
Escuela de Psicología - Trujillo



ECT

**Revista Científica Emprendimiento
Científico Tecnológico**

ISSN: 2810 – 8493

<https://revista.ectperu.org.pe/index.php/ect/index>

6. ENVIO A REVISTA LIBERABIT



ECT

Revista Científica Emprendimiento
Científico Tecnológico

ISSN: 2810 – 8493

<https://revista.ectperu.org.pe/index.php/ect/index>