

**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL SANTA
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA**



UNS
UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL SANTA

Niveles de estrés post pandemia vinculados con el rendimiento académico, estudiantes de 4° secundaria, I.E. Experimental, Nuevo Chimbote - 2023

**Tesis para obtener el Título Profesional de
Licenciado en Educación; Especialidad:
Filosofía, Psicología y Ciencias Sociales**

Autores:

**Bach. Alayo Cumpen, Jennifer Pamela
Código ORCID: 0009-0004-2855-7190
Bach. Diaz Carril, Nhoelia Nicoll
Código ORCID: 0009-0008-4593-9472**

Asesor:

**Dr. Cerna Montoya, José Estanislao
DNI. N° 17987155
Código ORCID: 0000-0002-2540-3602**

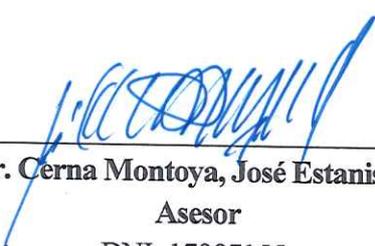
**Nuevo Chimbote- Perú
2025**



CERTIFICACIÓN DE ASESORAMIENTO

Yo, **Dr. Cerna Montoya, José Estanislao**, Mediante la presente certifico mi asesoramiento de la tesis titulado: **Niveles de estrés post pandemia vinculados con el rendimiento académico, estudiantes del 4º secundaria, I.E. Experimental, Nuevo Chimbote - 2023**, que tiene como autoras a las: **Bachilleres, Alayo Cumpen, Jennifer Pamela y Diaz Carril, Nhoelia Nicoll**, ha sido elaborado de acuerdo al Reglamento General de Grados y Títulos de la Universidad Nacional del Santa.

Nuevo Chimbote, mayo del 2025



Dr. Cerna Montoya, José Estanislao

Asesor

DNI. 17987155

Código ORCID: 0000-0002-2540-3602



AVAL DE CONFORMIDAD DEL JURADO

Tesis titulado: Niveles de estrés post pandemia vinculados con el rendimiento académico, estudiantes del 4º secundaria, I.E. Experimental, Nuevo Chimbote - 2023, que tiene como autoras a las: Bachilleres, Alayo Cumpen, Jennifer Pamela y Diaz Carril, Nhoelia Nicoll.

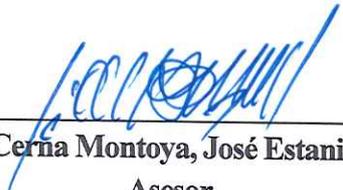
Revisado y Aprobado por el Jurado Evaluador:



Dra. Vallejo Martínez, Miriam Vilma
Presidenta
DNI: 32808709
Código ORCID: 0000-0001-7706-7922



Dra. Chu Amaranto, Úrsula Milagros
Secretaria
DNI: 32907054
Código ORCID 0000-0003-4884-2904



Dr. Cerna Montoya, José Estanislao
Asesor
DNI. 17987155
Código ORCID: 0000-0002-2540-3602



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL SANTA
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL EDUCACIÓN SECUNADARIA

ACTA DE CALIFICACIÓN DE LA SUSTENTACIÓN DE TESIS

Siendo las 13:00 pm, del día lunes 06 de mayo del 2025, se instaló en el aula B -1, el Jurado Evaluador, designado mediante Resolución N° 0613-2024-UNS-DFEH integrado por los docentes:

- Miriam Vilma Vallejo Martínez (Presidente)
- Úrsula Milagros Chu Amaranto (secretaria)
- José Estanislao Cerna Montoya (Integrante);

para dar inicio a la Sustentación y Evaluación de Tesis, titulada: **“NIVELES DE ESTRÉS POST PANDEMIA VINCULADOS CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO, ESTUDIANTES DEL 4° SECUNDARIA, I.E EXPERIMENTAL, NUEVO CHIMBOTE - 2023”**. Presentado por los bachilleres:

- **JENNIFER PAMELA ALAYO CUMPEN**
- **NOHELIA NICOLL DIAZ CARRIL**

De la EP de Educación Secundaria; Especialidad: Filosofía, Psicología y Ciencias Sociales

Asimismo, tienen como Asesor al docente: Mg. José Estanislao Cerna Montoya

Finalizada la sustentación, el(os) tesista(s) respondió(eron) las preguntas formuladas por los miembros del Jurado y el Público presente.

El Jurado después de deliberar sobre aspectos relacionados con el Informe de Tesis, contenido y sustentación del mismo, con las sugerencias pertinentes **DECLARAN APROBADOS** con notas **Dieciocho (18)** y **Dieciocho (18)** respectivamente, en concordancia con el Artículo 71 del Reglamento General de Grados y Títulos de la Universidad Nacional del Santa.

Siendo las 14:00 pm horas del mismo día, se dio por terminado dicha sustentación, firmando en señal de conformidad el presente jurado.

Nuevo Chimbote, 06 de mayo 2025


Dra. Miriam Vilma Vallejo Martínez
Presidenta


Dra. Úrsula Milagros Chu Amaranto
Secretario


Dr. José Estanislao Cerna Montoya
Integrante



Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por **Turnitin**. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega:	Jennifer Pamela Alayo Cumpen
Título del ejercicio:	Condiciones de vida
Título de la entrega:	Informe de investigación
Nombre del archivo:	DIAZ_ALAYO_INFORME_para_turnitin.pdf
Tamaño del archivo:	1.16M
Total páginas:	73
Total de palabras:	15,040
Total de caracteres:	84,229
Fecha de entrega:	05-dic.-2024 06:35p. m. (UTC-0500)
Identificador de la entrega...	2542273563

I. Introducción

La pandemia de COVID-19 trajo consigo una serie de cambios significativos en múltiples aspectos de la vida cotidiana, transformando profundamente el ámbito educativo. Las medidas de distanciamiento social y la suspensión de clases presenciales obligaron a estudiantes y docentes a adaptarse rápidamente a un modelo de enseñanza virtual, enfrentando desafíos que impactaron tanto en el bienestar emocional como en el rendimiento académico de los alumnos (Duque et al., 2024).

En este contexto, el estrés asociado a la incertidumbre sanitaria, el aislamiento social y la transición a la educación en línea se convirtió en un fenómeno relevante, especialmente entre los adolescentes, quienes se encontraron en una etapa crítica de desarrollo. Factores como la falta de recursos tecnológicos adecuados, ambientes de estudio poco favorables y la disminución de la interacción social directa fueron desafíos recurrentes que podrían haber influido en su desempeño académico (Díaz et al., 2021).

La presente investigación se centra en analizar los niveles de estrés post pandemia y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de cuarto de secundaria de la I.E. Experimental, ubicada en Nuevo Chimbote. Este enfoque resulta pertinente debido a la necesidad de comprender cómo este fenómeno ha afectado a uno de los sectores más vulnerables del sistema educativo, para generar conocimientos que puedan orientar intervenciones futuras en contextos similares (B. Castro & Rivas, 2006).

La importancia de este estudio radica en su capacidad para aportar evidencia empírica sobre los efectos del estrés en el ámbito escolar, considerando tanto los desafíos emocionales como los académicos que enfrentaron los estudiantes tras la pandemia. Además, ofrece un análisis que permitirá explorar la eficacia de los recursos y apoyos disponibles en el entorno educativo, así como su papel en la mitigación del impacto del estrés en el rendimiento académico (Gomez, 2024).

El objetivo principal de esta investigación es analizar los niveles de estrés post pandemia relacionados con el rendimiento académico de los

Informe de investigación

INFORME DE ORIGINALIDAD

12%

INDICE DE SIMILITUD

11%

FUENTES DE INTERNET

4%

PUBLICACIONES

7%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	2%
2	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
3	1library.co Fuente de Internet	1%
4	Submitted to Corporación Universitaria Iberoamericana Trabajo del estudiante	1%
5	repositorio.utesup.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	"Prácticas Pedagógicas e Inclusivas no Ensino de Ciências", Editora Científica Digital, 2023 Publicación	<1%
7	repositorio.uees.edu.ec Fuente de Internet	<1%
8	revistas.uncp.edu.pe Fuente de Internet	<1%

Dedicatoria

Con profunda gratitud, dedicamos este trabajo:

A Dios, fuente inagotable de fortaleza y sabiduría, por guiarnos con su luz en cada paso de este desafiante camino, dándonos el aliento necesario para superar cada obstáculo.

A nuestros amados padres, cuya paciencia, amor incondicional y sacrificio han sido pilares fundamentales en nuestra vida académica. Su ejemplo de integridad y sus palabras de aliento han sido una inspiración constante impulsándonos a dar siempre lo mejor.

Al estimado asesor José Cerna, nuestro más sincero agradecimiento por su generosa disposición, su invaluable guía y el respaldo brindado a lo largo de este proceso. Su dedicación, confianza y acompañamiento han sido esenciales para el desarrollo de nuestros conocimientos y la realización de este proyecto.

A nuestros amigos, por ser un refugio de apoyo y motivación, especialmente en los momentos más exigentes. Su compañía y aliento han sido fundamentales para mantenernos firmes en nuestro propósito. En particular, a Juan Bure, quien, con su constante disposición y ayuda, fue un pilar significativo en nuestra labor de investigación.

A nuestros profesores y tutores, por compartir su sabiduría y fomentar la búsqueda constante de la excelencia académica.

Y, finalmente, a todas las personas que, de alguna manera, contribuyeron a la culminación de este esfuerzo. A todos ustedes, les extendemos nuestro más profundo y sincero agradecimiento.

Jennifer Pamela y Nhoelia Nicoll

Agradecimiento

Con el mayor respeto y gratitud, queremos expresar nuestro más profundo reconocimiento al Dr. José Cerna Montoya, cuyo invaluable apoyo y dedicación fueron esenciales para la realización de este proyecto. Su guía experta, paciencia inquebrantable y compromiso con nuestra formación académica dejaron una huella imborrable en cada etapa de este proceso.

Agradecemos profundamente su generosidad al compartir su vasto conocimiento y experiencia, así como el tiempo dedicado en cada consulta, revisión y recomendación. Sus sugerencias precisas y su alto estándar académico dieron impulso a superar nuestras propias expectativas y motivación para mantenernos firmes frente a los desafíos que encontramos.

El rigor, la confianza y el aliento que siempre fue brindado no solo fortalecieron nuestro desempeño como estudiantes, sino que también fue de ayuda para crecer como profesionales comprometidas con la excelencia.

Reconocemos que este logro no habría sido posible sin su acompañamiento constante y su fe en nuestras capacidades. Por ello, reiteramos nuestro más sincero y profundo agradecimiento, deseándole el mayor de los éxitos en sus futuros proyectos y expresándole nuestra admiración y estima.

Las autoras

índice

Carátula	i
Hoja de conformidad.....	ii
Dedicatoria.....	iii
Agradecimiento	iv
Índice de tablas.....	ix
Índice de Anexos	x
Resumen	xi
Abstract.....	xii
I. CAPÍTULO: INTRODUCCIÓN	13
1.1. Planteamiento y fundamentación del problema de investigación ...	14
1.2. Antecedentes del problema.....	17
1.3. Formulación del problema.....	22
1.4. Objetivos	22
General.....	22
Específico	22
1.5. Formulación de la hipótesis.....	22
Hipótesis positiva.....	22
Hipótesis negativa	23
1.6. Justificación e importancia	23
Justificación teórica:	23
Metodología:.....	23
Justificación práctica:.....	24
1.7. Limitaciones	24
II. CAPÍTULO: MARCO TEÓRICO	26
2.1. Estrés	27
2.2. Rendimiento Académico	28

2.3.	Salud Física.....	29
2.4.	Salud Mental	30
2.5.	Carga Académica	31
2.5.1.	Aprendizaje en línea	31
2.5.2.	Horarios y flexibilidad	31
2.5.3.	Tecnología y acceso:	31
2.5.4.	Carga de trabajo:	31
2.5.5.	Estrés y salud mental:.....	31
2.5.6.	Apoyo académico y emocional:.....	32
2.5.7.	Adaptación a nuevos métodos de enseñanza:.....	32
2.5.8.	Evaluación y exámenes:	32
2.5.9.	Equidad educativa:.....	32
2.6.	Cambios de Hábitos.....	32
2.6.1.	Hábitos alimenticios	33
2.6.2.	Hábitos del sueño	33
2.7.	Relaciones Sociales.....	33
2.7.1.	Distanciamiento social:	34
2.7.2.	Impacto en las relaciones familiares:	34
2.7.3.	Cambios en la vida social	34
2.7.4.	Interacción virtual:	35
2.7.5.	Impacto en la salud mental:	35
2.7.6.	Creatividad en la socialización:.....	35
2.7.7.	Conversaciones sobre seguridad:.....	35
2.7.8.	Apoyo mutuo:.....	35
2.7.9.	Educación y trabajo en línea:.....	35
2.7.10.	Cambios en las normas sociales:.....	35
2.8.	Apoyo Familiar	36

2.8.1.	Convivencia Familiar.....	36
2.8.2.	Más tiempo juntos:	36
2.8.3.	Desafíos de espacio:.....	36
2.8.4.	Equilibrio entre trabajo y vida personal:	37
2.8.5.	Apoyo emocional:.....	37
2.8.6.	Comunicación:	37
2.8.7.	Cambio de roles:	37
2.8.8.	Fomento de actividades conjuntas:.....	37
2.8.9.	Respeto por el espacio individual:.....	37
2.8.11.	Buscar apoyo externo:.....	37
2.9.	Uso de la tecnología.....	38
2.10.	Pandemia COVID-19.....	38
2.10.1.	Origen y propagación:	39
2.10.2.	Síntomas:	39
2.10.3.	Medidas de prevención:.....	39
2.10.4.	Vacunas:.....	39
2.10.5.	Impacto en la salud:	39
2.10.6.	Impacto social y económico:.....	40
2.10.7.	Respuestas gubernamentales:	40
2.10.8.	Desafíos en la distribución de vacunas:	40
2.10.9.	Variantes del virus:	40
2.10.10.	Lecciones aprendidas:.....	40
III.	CAPÍTULO: MARCO METODOLÓGICO	41
3.1.	Población.....	42
3.2.	Muestra	42
3.3.	Diseño de contrastación de hipótesis	42
3.4.	Método de investigación.....	43

3.4.1.	Método Estadístico	43
3.4.2.	Método analítico	44
3.4.3.	Método descriptivo simple	45
3.5.	Operacionalización de las variables	47
3.6.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	49
3.6.1.	Técnica de recolección de datos.....	49
3.6.2.	Instrumento de recolección de datos	49
3.6.3.	Aplicación del instrumento	49
3.6.4.	Ventajas del método empleado.....	50
3.7.	Validez y confiabilidad del instrumento	50
3.7.1.	Validez del instrumento.....	50
3.7.2.	Confiabilidad del instrumento.....	52
3.7.3.	Notas de los estudiantes como segunda variable	53
3.8.	Procedimiento de recolección de datos.....	53
3.8.1.	Fase de planificación	53
3.8.2.	Fase de ejecución	53
3.8.3.	Interacción con los participantes	54
3.8.4.	Fase de cierre	54
IV.	CAPÍTULO: RESULTADOS Y DISCUSIÓN	55
4.1.	Resultados y discusión.....	56
V.	CAPÍTULO: CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS.....	76
5.1.	Conclusiones.....	77
5.2.	Sugerencias:	79
	Referencias bibliográficas	80

Índice de tablas

<i>Tabla 1. Población empleada como muestra.</i>	<i>42</i>
<i>Tabla 2. Elementos constituidos de la muestra</i>	<i>42</i>
<i>Tabla 3. Correlación: Estrés post pandemia y rendimiento académico</i>	<i>56</i>
<i>Tabla 4. Correlación: Salud física y promedio de notas.....</i>	<i>58</i>
<i>Tabla 5. Correlación: Salud mental y promedio de notas</i>	<i>60</i>
<i>Tabla 6. Correlación: Carga académica y promedio de notas.</i>	<i>62</i>
<i>Tabla 7. Correlación: Relaciones sociales y promedio de notas.....</i>	<i>64</i>
<i>Tabla 8. Correlación: Uso de tecnología y promedio de notas.</i>	<i>66</i>
<i>Tabla 9. Correlación: Apoyo familiar y promedio de notas.....</i>	<i>68</i>
<i>Tabla 10. Correlación: Cambios en la rutina y promedio de notas.....</i>	<i>70</i>
<i>Tabla 11. Correlación: Incertidumbre y promedio de notas.</i>	<i>72</i>
<i>Tabla 12. Correlación: Recursos y apoyos, y promedio de notas.</i>	<i>74</i>

Índice de Anexos

<i>Anexo 1. Instrumento.....</i>	<i>94</i>
<i>Anexo 2. Validación por juicio de experto 1</i>	<i>96</i>
<i>Anexo 3. Validación por juicio de experto 2</i>	<i>99</i>
<i>Anexo 4. Validación por juicio de experto 3.....</i>	<i>102</i>
<i>Anexo 5. Firma de solicitud de aplicación del instrumento.</i>	<i>105</i>
<i>Anexo 6. Aplicación del instrumento.</i>	<i>106</i>
<i>Anexo 7. Explicando la resolución del instrumento.....</i>	<i>107</i>
<i>Anexo 8. Estudiantes resolviendo el instrumento.</i>	<i>108</i>

Resumen

Esta investigación analiza los niveles de estrés post pandemia y su relación con el rendimiento académico de estudiantes de cuarto grado de secundaria de la I.E. Experimental, Nuevo Chimbote, durante el año 2023. El estudio responde a los efectos de la pandemia de COVID-19 en el ámbito educativo, destacando desafíos como la transición a la educación virtual, el aislamiento social y la incertidumbre global. Con una muestra de 90 estudiantes y un enfoque descriptivo, se empleó el método estadístico para evaluar la relación entre estas variables.

Los resultados muestran que la relación entre el estrés post pandemia y el rendimiento académico es muy baja y no significativa ($r = 0.021$, $p = 0.840$), mientras que factores como la salud física, mental y la carga académica tampoco evidenciaron un impacto relevante en las calificaciones.

Sin embargo, el acceso a recursos y apoyos disponibles presentó una correlación positiva moderada y significativa con el rendimiento académico ($r = 0.246$, $p = 0.019$). Esto sugiere que, aunque el estrés post pandemia no influye directamente en las calificaciones, un entorno educativo favorable contribuye al éxito estudiantil. La investigación resalta la importancia de fortalecer el apoyo escolar y explorar otras variables, como habilidades socioemocionales y métodos pedagógicos, para abordar de manera integral el desempeño académico en contextos post pandemia. Este trabajo contribuye al entendimiento del impacto del estrés en el ámbito educativo, sirviendo como base para futuras investigaciones y estrategias de mejora.

Palabras clave: Estrés post pandemia, Rendimiento académico, Recursos y apoyos educativos, Estudiantes de educación secundaria.

Abstract

This research analyzes post-pandemic stress levels and their relationship with academic performance of fourth grade high school students at I.E. Experimental, Nuevo Chimbote, during the year 2023. The study responds to the effects of the COVID-19 pandemic in the educational setting, highlighting challenges such as the transition to virtual education, social isolation and global uncertainty. With a sample of 90 students and a descriptive approach, the statistical method was used to assess the relationship between these variables.

The results show that the relationship between post-pandemic stress and academic performance is very low and not significant ($r = 0.021$, $p = 0.840$), while factors such as physical and mental health and academic load also did not show a relevant impact on grades.

However, access to available resources and supports presented a moderate and significant positive correlation with academic performance ($r = 0.246$, $p = 0.019$). This suggests that, although post-pandemic stress does not directly influence grades, a favorable educational environment contributes to student success. The research highlights the importance of strengthening school support and exploring other variables, such as social-emotional skills and pedagogical methods, to comprehensively address academic performance in post-pandemic contexts. This work contributes to the understanding of the impact of stress in the educational setting, serving as a basis for future research and improvement strategies.

Keywords: Post-pandemic stress, Academic performance, Educational resources and supports, Secondary education students.

I. CAPÍTULO: INTRODUCCIÓN

1.1. Planteamiento y fundamentación del problema de investigación

A finales de 2019, en Wuhan se identificó un virus que más tarde se denominó COVID-19. Este virus se caracterizaba por causar dificultades respiratorias, fiebres elevadas, dolores musculares y cambios en los niveles de saturación, siendo especialmente mortal para personas vulnerables con enfermedades crónicas y adultos mayores. Rápidamente, se observó un incremento significativo en el número de pacientes afectados por esta enfermedad respiratoria en la ciudad de Wuhan (Domínguez et al., 2020).

La aparición de una nueva enfermedad infecciosa siempre presenta situaciones complejas, especialmente cuando se manifiesta como una epidemia de considerable alcance o gravedad. Los casos se propagaron de manera rápida tanto en Wuhan como en la provincia de Hubei, y aunque también se detectaron casos en otras regiones de China, la expansión se limitó en términos de cantidad y cadenas de transmisión. Esta enfermedad se ha manifestado en forma de casos importados y secundarios en más de 24 naciones diferentes. El 30 de enero de 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) determinó que esta epidemia constituía una Emergencia de Salud Pública de Interés Internacional, según lo señalado por. (Trilla, Antoni 2020)

La pandemia de COVID-19 trajo consigo una serie de cambios significativos en múltiples aspectos de la vida cotidiana, transformando profundamente el ámbito educativo. Las medidas de distanciamiento social y la suspensión de clases presenciales obligaron a estudiantes y docentes a adaptarse rápidamente a un modelo de enseñanza virtual, enfrentando desafíos que impactaron tanto en el bienestar emocional como en el rendimiento académico de los alumnos.(Duque et al., 2024)

En este contexto, el estrés asociado a la incertidumbre sanitaria, el aislamiento social y la transición a la educación en línea se convirtió en un fenómeno relevante, especialmente entre los adolescentes, quienes se encontraron en una etapa crítica de desarrollo. Factores como la falta de recursos tecnológicos adecuados, ambientes de estudio poco favorables y la disminución de la interacción social directa fueron desafíos recurrentes que podrían haber influido en su desempeño académico (Díaz et al., 2021)

La presente investigación se centra en analizar los niveles de estrés post pandemia y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de cuarto de secundaria de la I.E. Experimental, ubicada en Nuevo Chimbote. Este enfoque resulta pertinente debido a la necesidad de comprender cómo este fenómeno ha afectado a uno de los sectores más vulnerables del sistema educativo, para generar conocimientos que puedan orientar intervenciones futuras en contextos similares (B. Castro & Rivas, 2006).

La importancia de este estudio radica en su capacidad para aportar evidencia empírica sobre los efectos del estrés en el ámbito escolar, considerando tanto los desafíos emocionales como los académicos que enfrentaron los estudiantes tras la pandemia. Además, ofrece un análisis que permitirá explorar la eficacia de los recursos y apoyos disponibles en el entorno educativo, así como su papel en la mitigación del impacto del estrés en el rendimiento académico (Gomez, 2024) .

El objetivo principal de esta investigación es analizar los niveles de estrés post pandemia relacionados con el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto de secundaria de la I.E. Experimental de Nuevo Chimbote en el año 2023. A través de un enfoque descriptivo y estadístico, se buscará identificar y comprender los vínculos entre estas variables, estableciendo un punto de partida para futuras investigaciones que aborden las necesidades educativas y emocionales de los estudiantes en escenarios post pandemia (Ruiz, 2024).

Con esto, se espera contribuir al desarrollo de estrategias que no solo promuevan el éxito académico, sino también el bienestar emocional de los estudiantes, permitiendo así la construcción de un entorno educativo más inclusivo y resiliente frente a crisis futuras (Holguín, 2024).

El estrés generado por la pandemia originada por el COVID-19 en Perú, que comenzó en marzo de 2020 y concluyó en febrero de 2023, generó una amplia gama de emociones y experiencias en la población. Nos enfrentamos a situaciones inéditas para las cuales claramente no estábamos preparados, dando lugar a un conjunto de sensaciones sin precedentes (Cuba, 2021).

Las pandemias infecciosas están vinculadas a un incremento en la expresión de síntomas de ansiedad, depresión y estrés postraumático en niños y adolescentes. El confinamiento tiene repercusiones adversas en su bienestar mental y físico. La progresión de los menores puede verse afectada debido al cierre de escuelas, la restricción en las interacciones sociales con sus compañeros, la incapacidad de participar en actividad física al aire libre y la pérdida de rutinas saludables.

La pandemia de COVID-19 está asociada con un aumento en los factores de riesgo psicosociales, tales como el aislamiento, la violencia intrafamiliar, la escasez de recursos económicos, la vivienda en condiciones precarias y el uso excesivo de nuevas tecnologías. Se proponen medidas preventivas en el ámbito familiar, como fomentar la comunicación positiva, adoptar hábitos saludables y practicar una crianza positiva. Es fundamental mejorar la accesibilidad a los servicios de salud mental. Se necesitan estrategias específicas de protección dirigidas a la población infantil y juvenil en el contexto de la actual crisis sanitaria (Del Castillo Patricio & Pando Velasco, 2020).

Desde el factor educación, los establecimientos educativos de nivel básico han optado por un cierre completo de sus instalaciones, lo que ha impedido temporal o permanentemente la continuación de la educación en formato presencial se ha visto afectada por la epidemia del coronavirus, teniendo un impacto negativo tanto en países desarrollados como en vías de desarrollo. La pandemia ha generado una perturbación global sin precedentes en el ámbito educativo, donde las instituciones educativas ya no pueden ofrecer sus servicios de manera presencial. Tanto profesores como estudiantes se han visto obligados a permanecer en sus hogares debido a la propagación del coronavirus, lo que ha hecho que la enseñanza tradicional en persona sea inviable. Como resultado, se ha producido un cambio abrupto hacia la educación a distancia o remota, según señala (Aragay, Xavier 2020).

No obstante, la pandemia y la consiguiente cuarentena obligatoria han dejado a numerosos estudiantes excluidos y marginados del sistema educativo por diversas razones, entre ellas, la falta de acceso a tecnologías de la información, conectividad limitada o restricciones económicas. Además, la mayoría de los padres se han visto imposibilitados para brindar orientación o

apoyo educativo a sus hijos, según indican (Sanz y López, 2022). Las investigaciones de Tejedor y García (2006) también sugieren que el conocimiento que poseen los docentes acerca de las tecnologías de la información y comunicación impacta en su utilización en el aula; cuando dicho conocimiento es limitado, la probabilidad de que empleen estas tecnologías en su enseñanza disminuye, como señalan (García y García, 2021).

Según Escobar (2021), Aproximadamente el 80% de los estudiantes matriculados en niveles de educación inicial, primaria, secundaria y educación superior se han visto privados de clases debido a la pandemia de COVID-19. La UNESCO ha llevado a cabo un análisis detallado acerca del impacto de la COVID-19 en los sistemas educativos y ha formulado recomendaciones dirigidas a líderes y responsables gubernamentales para la eventual reapertura de las instituciones educativas. (UNESCO, 2020). (Rafael Ruíz et al., 2022)

1.2. Antecedentes del problema

En el ámbito nacional se han podido encontrar antecedentes que aparecen a continuación según la jerarquía de su importancia:

Chuquizuta, (2023) en su investigación titulada "Exploración de la Interacción entre la Ansiedad y el Desempeño Académico en Estudiantes de Primer y Segundo Año de Secundaria en una Institución Educativa Emblemática de Chachapoyas en el Contexto Postpandemia de Covid-19". En este estudio, se investigó la conexión entre la ansiedad en su estado general y el rendimiento académico específicamente en las materias de comunicación y matemáticas. Se adoptó un enfoque cuantitativo con un diseño de investigación descriptivo-correlacional. La población objetivo abarcó a todos los estudiantes de primer y segundo año de secundaria. La muestra se seleccionó mediante un muestreo por conveniencia, limitándose a la participación de los estudiantes de estos dos grados académicos. "Llegando a la conclusión que no se encontró relación estadísticamente significativa entre la ansiedad estado y el rendimiento académico.

Segovia (2022) para obtener el grado académico de Maestra en psicología educativa presentó el trabajo titulado "Exploración sobre la Influencia del Estrés y las Funciones Ejecutivas en el Rendimiento Académico

Postpandemia en Estudiantes de Secundaria", donde se llegó a la conclusión de que tanto el estrés como las funciones ejecutivas desempeñan un papel significativo en el rendimiento académico de los estudiantes de educación secundaria. Este estudio se clasificó como investigación básica y adoptó un modelo correlacional causal, con un diseño no experimental de tipo transversal. La población objeto de estudio consistió en 208 estudiantes, con edades comprendidas entre los 13 y 17 años, y se empleó la técnica de encuesta mediante un cuestionario como instrumento de recolección de datos.

(Patiño, 2022) trabajó en Esta investigación tiene como objetivo examinar la relación entre las Creencias Irracionales y el Estrés experimentado por estudiantes de Universidades Privadas del Perú durante la pandemia de COVID-19. Se adoptó un enfoque correlacional, y la muestra consistió en 300 estudiantes seleccionados mediante un muestreo aleatorio, todos ellos con edades comprendidas entre los 17 y 31 años. Para medir el estrés, se empleó el Inventario de Estrés Académico SISCO SV-21 desarrollado por Arturo Barraza, mientras que el Registro de opiniones de Albert Ellis fue utilizado para identificar las Creencias Irracionales presentes en los estudiantes. Este estudio se enmarca en la metodología cuantitativa, utilizando pruebas estadísticas no paramétricas, considerando la normalidad de los datos. Los resultados revelaron una correlación positiva significativa pero débil entre las creencias irracionales en las subescalas "A", "B", "D", "E" y "F" y el estrés, con la excepción de la subescala "C", donde no se observó ninguna relación significativa.

(Centurión, 2022) en su investigación titulada "Estrés y Desempeño Académico durante la pandemia de COVID-19 en estudiantes de la Institución Educativa N° 16442, Santa Cruz" tuvo como propósito principal evaluar la relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes del quinto ciclo de Educación Primaria en la Institución Educativa 16442, ubicada en el Distrito de Santa Cruz. Se empleó un enfoque cuantitativo correlacional con un diseño no experimental, detallando las características y atributos de las variables en estudio, así como analizando el grado de conexión entre ellas. La población de interés comprendió 11 estudiantes, y se seleccionó una muestra por conveniencia. El instrumento utilizado para la investigación fue un

cuestionario. Los resultados obtenidos indican una correlación positiva directa entre las variables, evidenciada por un coeficiente de Rho de Spearman de 0.811, llevando a la conclusión de rechazar la hipótesis nula planteada.

(Tamayo et al., 2020) presentaron su trabajo científico en la revista "HHS Public Access", el cual tuvo el objetivo de este estudio fue identificar los trastornos emocionales derivados del COVID-19 y el confinamiento en estudiantes universitarios de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. La investigación, de naturaleza descriptiva, exploratoria, explicativa, aplicada, analítica, prospectiva y transversal, se llevó a cabo con una muestra de 100 estudiantes de diversas escuelas académico-profesionales de la universidad. Los resultados principales revelaron que los universitarios experimentan trastornos emocionales, destacando problemas de sueño (85%) y sentimientos depresivos y de desesperanza (83%). La conclusión principal es que, como consecuencia del confinamiento, los estudiantes universitarios enfrentan problemas psicológicos, siendo la ansiedad y la depresión (46%) las manifestaciones más prevalentes. Además, el 22% de los participantes presenta síntomas de depresión y estrés, mientras que un 17% experimenta estrés postraumático debido al COVID-19 y el confinamiento.

(Allende et al., 2021) llevaron a cabo un estudio transversal analítico para investigar la relación entre el estrés académico y la calidad del sueño en estudiantes de medicina de una universidad en Lima, Perú, durante la pandemia por COVID-19. El estudio incluyó a 410 estudiantes de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Ricardo Palma, a quienes se les administró el Índice de Calidad del Sueño de Pittsburgh en su versión en español, el Inventario de Estrés Académico SISCO SV-21 y una ficha sociodemográfica y de hábitos utilizando Google Forms, durante los meses de octubre y noviembre de 2020. Los resultados indicaron que el 97.32% de los estudiantes experimentó "estrés académico" y el 90.48% tuvo una "mala calidad del sueño". La conclusión principal fue que niveles elevados de estrés académico, la ausencia de convivencia con familiares y la combinación de estudiar y trabajar fueron factores asociados con la presencia de una calidad deficiente del sueño en la población estudiantil durante la pandemia por COVID-19.

En el ámbito internacional tenemos:

(Díaz et al., 2023) en su investigación tuvieron como objetivo el tema central abordado en el estudio titulado "Estrés Infantil Post Pandemia" resalta la importancia de comprender el impacto del confinamiento social debido a la COVID-19 en el estrés de los niños. La metodología adoptada se basó en un enfoque cuantitativo. Los resultados obtenidos indican que la detección temprana de las señales de estrés en los niños tiene el potencial de generar reflexión y conciencia social sobre el impacto psicológico, cognitivo y físico del estrés infantil, evidenciado a través de conductas negativas en los niños. Por ende, proporcionar atención oportuna y adecuada puede contribuir a la reducción de los niveles de estrés infantil. En última instancia, a partir de la revisión documental, se concluye que la dinámica social de los niños se vio afectada emocionalmente por la COVID-19.

(Vera, 2022) publicó una investigación titulada "Indicadores de influencia en el rendimiento escolar postpandemia", publicado en la Revista de Ciencias Sociales en la Ciudad de México, se propuso examinar los factores determinantes en el rendimiento académico después del periodo de pandemia. La investigación se llevó a cabo mediante una encuesta diseñada para evaluar el nivel de rendimiento académico y la identificación de variables influyentes en este aspecto. El cuestionario fue administrado a un total de 80 participantes, que incluyeron docentes, padres de familia y alumnos. Los hallazgos revelaron que el sistema educativo enfrenta una situación crítica, afectado por diversos factores, entre los cuales se destaca el bienestar psicológico y socioemocional de los estudiantes. Se concluyó que estos aspectos tienen una influencia directa en el desempeño académico, a pesar de las estrategias implementadas para garantizar la continuidad del proceso educativo.

En la "Revista Latina" (Calixto et al., 2023) publicaron un estudio de naturaleza transversal, descriptiva y comparativa, con una muestra de 120 estudiantes, lleva por título "Evaluación del Estrés Académico Postpandemia COVID-19 en Estudiantes del Nivel Medio Superior". Su objetivo principal fue analizar la frecuencia y nivel de estrés académico en estudiantes, tanto hombres como mujeres, pertenecientes a la Preparatoria Emiliano Zapata de la

Universidad Autónoma de Sinaloa. La conclusión obtenida indica que el estrés académico en los participantes se sitúa en un nivel medio. En virtud de ello, se sugiere que la institución educativa brinde una atención integral y proporcione un entorno propicio para que los estudiantes puedan desenvolverse de manera óptima en el nuevo escenario postpandemia, evitando así un aumento en los niveles de estrés. Además, se propone la realización de futuras investigaciones que profundicen en el tema y exploren la relación con aspectos como la depresión, ansiedad u otros tipos de estrés en estudiantes de nivel medio superior.

(Fernández, 2021) Publicó en la "Revista de Sociología" su informe titulado "Clima emocional en estudiantes universitarios durante la pandemia", en donde el autor tuvo como objetivo se realizó una investigación que buscaba explorar las emociones y sentimientos surgidos como respuesta a la pandemia y las medidas de confinamiento. Este análisis se llevó a cabo mediante encuestas y entrevistas aplicadas a un grupo de estudiantes de una universidad en la ciudad de México. Los resultados obtenidos revelaron que el anuncio de la alerta sanitaria generó sentimientos de miedo, mientras que el acto de quedarse en casa suscitó emociones de tristeza, a veces percibidas como contradictorias, dependiendo de la experiencia individual de cada participante. Estas emociones, típicamente asociadas con periodos de incertidumbre y cambios disruptivos en la vida de las personas, reflejan los intentos de adaptación. Sin embargo, se subraya que, si estas emociones se intensifican o se prolongan en el tiempo, podrían tener consecuencias disfuncionales y poco saludables para el bienestar emocional y mental.

(Rosero et al., 2021) presentaron su informe científico "La Inteligencia Emocional en infantes: Aspectos a considerar en las aulas post pandemia" tuvo como objetivo principal examinar la inteligencia emocional en niños, especialmente en relación con los elementos relevantes para el entorno educativo después del periodo de la pandemia de COVID-19. La conclusión alcanzada resalta la responsabilidad crucial de los docentes en el desarrollo de las habilidades emocionales de los niños pequeños. Se destaca que, en el proceso de reintegración a la institución educativa, los tutores juegan un papel

fundamental como facilitadores principales para cultivar la inteligencia emocional. Este enfoque se considera esencial para capacitar a los niños a sobrellevar, controlar y enfrentar los efectos emocionales generados por la pandemia.

1.3. Formulación del problema

Luego de haber descrito las características de la investigación en curso se ha propuesto la siguiente interrogante:

¿Qué niveles de Estrés post pandemia guardan conexión con el desempeño académico de los estudiantes del cuarto grado de Secundaria en la institución educativa experimental de nuevo Chimbote en el año 2023?

1.4. Objetivos

General

Analizar los niveles de estrés post pandemia relacionados al rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de Secundaria en la institución educativa. experimental de nuevo Chimbote en el año 2023.

Específico

- Identificar el vínculo de relación entre el estrés post pandemia y el rendimiento académico, estudiantes de 4° de secundaria, I.E. Experimental, Nuevo Chimbote-2023”.
- Encontrar el vínculo entre el estrés post pandemia con el rendimiento académico, estudiantes de 4° de secundaria, I.E. Experimental, Nuevo Chimbote.

1.5. Formulación de la hipótesis

Hipótesis positiva

Los niveles de estrés post pandemia se relacionan significativamente de manera negativa con el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de secundaria de la I.E. Experimental, Nuevo Chimbote, durante el año 2023; es decir, a mayor nivel de estrés, menor es el rendimiento académico.

Hipótesis negativa

Los niveles de estrés post pandemia no se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de secundaria de la I.E. Experimental, Nuevo Chimbote, durante el año 2023.

1.6. Justificación e importancia

Justificación teórica:

El propósito de esta investigación es reconocer que la llegada de la pandemia por el COVID 19 ha tenido un impacto significativo en diversos aspectos de la vida cotidiana, y el ámbito educativo no ha sido la excepción. La transición abrupta hacia modalidades de aprendizaje a distancia y la adopción de medidas de distanciamiento social han generado desafíos considerables para los estudiantes, afectando su rendimiento académico de diversas maneras en relación con los niveles de estrés vividos.

La suspensión de las clases presenciales y la transición a la educación en línea han introducido una transformación en la modalidad convencional de enseñanza. Varios estudiantes han experimentado desafíos al adaptarse a este formato novedoso, ya sea por la carencia de acceso a recursos tecnológicos idóneos, la carencia de un ambiente de estudio favorable o las restricciones en la interacción directa con profesores y compañeros.

Además, la ansiedad y los niveles de estrés asociados con la incertidumbre de la situación global y los posibles riesgos para la salud han afectado la concentración y el bienestar emocional de los estudiantes. La adaptación a nuevas metodologías de enseñanza, la gestión de las distracciones en el hogar y la preocupación por el bienestar personal y el de los seres queridos han sido factores contribuyentes a un ambiente académico menos favorable.

Metodología:

La metodología utilizada en la realización de esta investigación sigue de manera estricta los procedimientos metodológicos y técnicos establecidos por las regulaciones de la universidad, asegurando de esta manera la integridad y validez del proceso de estudio. Cada fase de la investigación se aborda con el

más alto nivel de seriedad, reflejando un compromiso inquebrantable con la excelencia académica y la calidad en la ejecución del trabajo.

En primer lugar, se lleva a cabo una exhaustiva revisión de las directrices y requisitos institucionales que rigen la investigación en el ámbito universitario. Este paso crucial permite establecer una base sólida y alineada con los estándares académicos, asegurando la coherencia metodológica desde el inicio del estudio. Se presta especial atención a cualquier actualización normativa relevante para adaptar la metodología a los cambios contextuales.

Justificación práctica:

Los hallazgos de la investigación ofrecen testimonios tangibles de las experiencias de estrés y rendimiento académico que comúnmente enfrentan los estudiantes 4to de secundaria en la institución Experimental UNS.

Estos estudiantes son los receptores principales, obteniendo el beneficio clave de visualizar y comprender la realidad que muchos de ellos han vivido en primera persona.

1.7. Limitaciones

En el desarrollo de la presente investigación titulada “Niveles de estrés post pandemia vinculados al rendimiento académico en estudiantes de 4° año de secundaria del colegio Experimental - Nuevo Chimbote”, se identificaron diversas limitaciones que condicionaron el alcance de los resultados. En primer lugar, el estudio se realizó durante el año 2023, lo que implica una limitación temporal, ya que los datos obtenidos reflejan únicamente la realidad de ese periodo y podrían variar con el tiempo. Asimismo, se presenta una limitación geográfica, dado que la investigación se llevó a cabo exclusivamente en la Institución Educativa Experimental del distrito de Nuevo Chimbote, lo cual restringe la posibilidad de generalizar los resultados a otras instituciones o regiones. En cuanto a la población, el estudio se centró únicamente en estudiantes de cuarto año de secundaria, por lo que los hallazgos no pueden extrapolarse a otros grados escolares. Además, se reconoce una limitación relacionada con el acceso a información sensible, ya que algunos estudiantes podrían haber presentado respuestas poco precisas al abordar temas

emocionales como el estrés post pandemia, influenciados por sentimientos de vergüenza o desconfianza. También es importante señalar la limitación instrumental, debido a que, aunque el instrumento de medición fue validado, puede no haber captado con total exactitud todas las manifestaciones psicológicas del estrés post pandemia en el contexto específico de los estudiantes. Finalmente, se debe considerar la influencia de factores externos no controlados, como situaciones familiares, económicas o personales, que pueden haber incidido tanto en el nivel de estrés como en el rendimiento académico, sin haber sido incluidos explícitamente como variables dentro del estudio.

II. CAPÍTULO: MARCO TEÓRICO

2.1. Estrés

En ámbitos generales el estrés ha caminado con la humanidad desde el surgimiento de esta misma. En la prehistoria el hombre primitivo solo contaba con dos opciones: Enfrentarse al peligro mediante la lucha o la huida permitía liberar energía en ambas situaciones (Giniger, 2020).

El término estrés se refiere a una respuesta, y el estímulo o agente que desencadena esa respuesta se denominó estresor. El estresor se consideraría como la causa del estrés. Antes de ese momento, la palabra "estrés" solo se utilizaba en ingeniería para describir el efecto de una fuerza que actúa en contra de una resistencia (Chuquizuta, 2023).

El estrés está presente en todos los En diversos contextos, que abarcan desde los medios hasta los entornos, con especial énfasis en la educación, ha sido objeto de esta discusión. Como resultado, psicólogos, educadores y padres han reconocido la importancia de comprender cómo incide el estrés que los estudiantes experimentan en su desempeño académico (Aucancela & Santana, 2024).

El vocablo "estrés" se ha vuelto habitual en nuestra sociedad contemporánea. Este fenómeno adquiere una creciente relevancia en la sociedad moderna, observándose un incremento del estrés en prácticamente todos los segmentos de la población. La insatisfacción y los sentimientos de estrés surgen de una inadecuada concordancia entre las habilidades individuales y las exigencias del entorno (Cabezas, 2024).

El estrés es un fenómeno psicosocial complejo que se manifiesta como una respuesta adaptativa del organismo frente a demandas internas o externas percibidas como desafiantes o amenazantes. A pesar de su relevancia, la definición de estrés sigue siendo objeto de debate en la comunidad científica, debido a su carácter multidimensional que involucra aspectos fisiológicos, emocionales, cognitivos y conductuales (M. Martínez, 2020).

Ahora se sabe que muchas enfermedades están condicionadas o influidas por el modo de vida o las acciones de otras personas. Cuando hacemos referencia al estilo de vida, hablamos de la manera en que cada individuo piensa, siente y vive su existencia, abarcando aspectos como el trabajo, las relaciones, las creencias, las aficiones, el tiempo libre, la alimentación, así como las percepciones sobre el mundo, la sociedad y los demás. Un factor clave en el estilo de vida es la exposición al estrés, es decir, la cantidad de estrés a la que estamos sometidos (Torres, 2021).

Al principio del formulario algunas investigaciones mencionan que las consecuencias psicológicas o traumas resultantes de la pandemia podrían manifestarse a través de síntomas de estrés postraumático, retrocesos a fases anteriores, expresiones de agresividad y rebeldía, e incluso trastornos del sueño.(Cabrera, 2020)

2.2. Rendimiento Académico

El rendimiento académico constituye un constructo esencial en la investigación educativa, definido como el conjunto de logros obtenidos por los estudiantes en relación con los objetivos establecidos en un currículo determinado. Tradicionalmente, este concepto ha sido interpretado bajo un enfoque cuantitativo, enfatizando los resultados medibles, como calificaciones y tasas de aprobación, que reflejan, en apariencia, el grado de aprendizaje alcanzado. Sin embargo, investigaciones contemporáneas han cuestionado esta visión reduccionista, argumentando que el rendimiento académico es un fenómeno multidimensional influido por variables cognitivas, emocionales, sociales y contextuales. Entre estas se incluyen la motivación intrínseca, las estrategias de aprendizaje, el entorno escolar, y las políticas educativas, cada una interactuando para modelar el desempeño estudiantil (Grasso, 2020).

Algunas investigaciones indican que las consecuencias psicológicas o traumas resultantes de la pandemia podrían manifestarse a través de síntomas de estrés postraumático, retrocesos a fases anteriores, expresiones de agresividad y rebeldía, e incluso trastornos del sueño (Vallejo, 2022).

En otras palabras, el rendimiento académico puede ser considerado como una evaluación de las habilidades potenciales de un estudiante, manifestándose a través de su nivel de comprensión y progreso en una asignatura específica, reflejando lo aprendido durante su proceso formativo (Moneo, 2024).

Diversos factores influyen en el rendimiento académico, desde la dificultad inherente de algunas asignaturas y la falta de afinidad hacia las mismas, hasta la acumulación de exámenes en fechas coincidentes, así como la extensión y complejidad de determinados programas educativos. Estos motivos podrían contribuir a que un estudiante presente un bajo rendimiento académico, sin descartar la influencia de entornos familiares inestables, que aumentan la probabilidad de un desempeño escolar deficiente (Pincirolí, 2024).

La evaluación del rendimiento académico suele basarse en calificaciones y evaluaciones escolares, aunque esta medida no es totalmente precisa debido a las variadas influencias que afectan a cada estudiante, tales como el nivel intelectual, la personalidad, los aspectos motivacionales, así como el nivel educativo en sí. Es importante tener presente que existen limitaciones, entre las cuales se incluyen la memoria a corto plazo, discapacidades o dificultades familiares, que podrían incidir en el desempeño individual de cada estudiante (García & Medina, 2024).

2.3. Salud Física

La salud física se define como un estado de bienestar que resulta del adecuado funcionamiento de los sistemas corporales y de la capacidad del organismo para adaptarse a las exigencias del entorno. En este contexto, la actividad física juega un rol fundamental, al comprender todas aquellas acciones que involucran el movimiento del cuerpo y el gasto energético, incluyendo actividades cotidianas como caminar, realizar tareas domésticas, bailar o practicar deportes (Giniger, 2020).

La práctica regular de ejercicio desencadena una serie de respuestas en el organismo que mitigan el estrés, induciendo un estado de relajación posterior a su realización (Gutiérrez et al., 2020).

Durante el periodo aislamiento social y restricciones producido por la crisis sanitaria provocada por la pandemia de COVID-19, los estudiantes experimentaron una disminución de actividad física que solían realizar. La falta de acceso a instalaciones deportivas y la cancelación de actividades extracurriculares podrían haber contribuido a un estilo de vida más sedentario (Ojeda et al., 2024)

2.4. Salud Mental

El estrés, la depresión y la ansiedad entre los estudiantes representan una problemática global que se manifiesta a través de respuestas psicológicas, físicas y de comportamiento. Entre las reacciones más comunes al estrés se encuentran la somnolencia (respuesta física) o una mayor necesidad de dormir, la inquietud (respuesta psicológica) y cambios en el consumo de alimentos, ya sea aumento o reducción (CEPAL - UNESCO, 2020).

La salud mental se define como "un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades puede afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera, y contribuir a su comunidad". Este enfoque subraya el equilibrio entre factores emocionales, sociales y funcionales (Capote, 2023).

La salud mental es un nivel de funcionamiento cognitivo, emocional y conductual que permite a una persona enfrentar las demandas de la vida, mantener relaciones saludables y contribuir al bienestar de su entorno". Este concepto incluye aspectos positivos, como el bienestar psicológico, y la ausencia de trastornos mentales diagnosticados (Juanes, 2024).

La salud mental es la capacidad de un individuo para formar relaciones constructivas, manejar cambios en su entorno, tomar decisiones y disfrutar de la vida. Esta definición hace hincapié en la adaptabilidad y la capacidad de autorrealización (Inga, 2023).

La salud mental es un estado dinámico que permite al individuo desarrollarse integralmente en su entorno social, familiar y laboral, enfrentando los retos y conflictos con herramientas adecuadas para mantener

su bienestar. Esta definición considera la interacción entre el individuo y su contexto (Cárdenas & Pincay, 2024).

2.5. Carga Académica

La carga académica en adolescentes durante la pandemia de COVID-19 ha sido un tema de gran preocupación y discusión en todo el mundo. La transición al aprendizaje en línea y la interrupción de las rutinas escolares normales han tenido un impacto significativo en la carga académica de los adolescentes. Aquí hay algunos aspectos a considerar (CEPAL - UNESCO, 2020):

2.5.1. Aprendizaje en línea: Con el cierre de escuelas y la necesidad de mantener el distanciamiento social, la mayoría de los estudiantes han tenido que adaptarse al aprendizaje en línea. Esto a menudo ha requerido una mayor autonomía y autodisciplina por parte de los adolescentes (Loor & Bonifaz, 2023).

2.5.2. Horarios y flexibilidad: El aprendizaje en línea ha brindado cierta flexibilidad en los horarios, resultando beneficioso para algunos estudiantes. Sin embargo, también ha requerido la gestión del tiempo y la creación de estructuras para garantizar que se completen las tareas y se siga el plan de estudios (Grados et al., 2023).

2.5.3. Tecnología y acceso: La disponibilidad de dispositivos y una conexión a Internet confiable son fundamentales para el aprendizaje en línea. La falta de acceso a la tecnología puede aumentar la brecha en la educación (Romo et al., 2023).

2.5.4. Carga de trabajo: Algunos estudiantes han informado de una carga de trabajo excesiva durante la pandemia. La transición al aprendizaje en línea a menudo ha llevado a una mayor cantidad de tareas y actividades, ha generado preocupaciones sobre el equilibrio entre la escuela y la vida personal (Zetino & Ixchop, 2023).

2.5.5. Estrés y salud mental: La pandemia y los desafíos del aprendizaje en línea probablemente generen estrés y ansiedad en los adolescentes. La presión para mantener un buen rendimiento académico puede ser abrumadora (Zetino & Ixchop, 2023).

- 2.5.6. Apoyo académico y emocional:** Es importante que los adolescentes reciban apoyo tanto académico como emocional durante la pandemia. Los padres, maestros y consejeros escolares desempeñan un papel indispensable en brindar este apoyo (Puma, 2024).
- 2.5.7. Adaptación a nuevos métodos de enseñanza:** Tanto los estudiantes como los educadores han tenido que adaptarse a nuevos métodos de enseñanza en línea. Esto puede requerir tiempo y esfuerzo para familiarizarse con las plataformas y las herramientas digitales (Navarro et al., 2024).
- 2.5.8. Evaluación y exámenes:** La forma en que se realizan las evaluaciones y exámenes ha cambiado en muchos lugares debido a la pandemia. Algunos han optado por evaluaciones en línea, mientras que otros han reducido la carga de exámenes en respuesta a las circunstancias (Cuenca et al., 2021).
- 2.5.9. Equidad educativa:** La pandemia ha subrayado las desigualdades en el acceso a la educación. Algunos estudiantes enfrentan desafíos adicionales debido a factores socioeconómicos, discapacidades o barreras lingüísticas (A. Castro, 2024).

Es fundamental reconocer que la experiencia de la carga académica en adolescentes durante la pandemia puede variar considerablemente según la ubicación geográfica, las políticas escolares y las circunstancias individuales. La comunicación abierta con los adolescentes, la adaptación a sus necesidades y la promoción de un equilibrio saludable entre la escuela y la vida personal son esenciales para apoyar su bienestar durante estos tiempos desafiantes (Pinillo, 2024).

2.6. Cambios de Hábitos

El confinamiento ha generado alteraciones significativas en los hábitos y rutinas de las personas en todo el mundo. En primer lugar, la convivencia familiar dejó de limitarse a unas pocas horas diarias para convertirse en una convivencia a tiempo completo desde que se declaró la emergencia sanitaria. Además, los espacios familiares se adaptaron para su utilización en actividades escolares y laborales, dado que el trabajo presencial fue suspendido y se

implementó el trabajo a distancia o "teletrabajo". De manera similar, las clases presenciales en todos los niveles fueron suspendidas, dando paso a clases remotas o virtuales. En conjunto, la realidad previa a la pandemia ha evolucionado hacia una nueva normalidad (Sánchez et al., 2022).

Los cambios de hábitos en el contexto educativo desde 2020 incluyen la integración intensiva de herramientas digitales. La educación a distancia fomentó habilidades como la autoformación y la gestión del tiempo, además de la alfabetización digital en estudiantes y profesores, marcando un avance significativo en la enseñanza híbrida y en línea (Mendoza et al., 2023)

2.6.1. Hábitos alimenticios

Durante el periodo de cuarentena por la pandemia de COVID-19, las personas experimentaron cambios notables en sus patrones alimenticios. Por un lado, algunas personas aumentaron su consumo de alimentos debido a la ansiedad generada por la situación de crisis. Por otro lado, se ha informado de la situación opuesta, donde algunas personas han reducido su ingesta de alimentos, ya sea porque experimentan fluctuaciones constantes en su apetito o debido al acceso limitado a los alimentos.(Vásquez et al., 2020)

2.6.2. Hábitos del sueño

La cuarentena ha tenido un efecto adverso en los hábitos de sueño, afectando tanto la duración de las horas que las personas logran dormir como la calidad del sueño y la sensación de descanso. Además, la alteración en las rutinas ha generado modificaciones significativas en la higiene del sueño.(Vásquez et al., 2020).

2.7. Relaciones Sociales

A raíz del brote de SARS-CoV-2, las rutinas sociales y económicas se han visto interrumpidas, y el sistema de salud se ha visto desbordado. Las autoridades sanitarias hacen hincapié en la importancia del adecuado lavado de manos, el uso de mascarillas y el distanciamiento social. En respuesta a ello, los gobiernos han implementado medidas de contención de enfermedades, como el cierre de escuelas, la práctica del distanciamiento social y la imposición de confinamientos obligatorios (García & Medina, 2024).

Se resalta que la alteración de la salud mental se presenta como uno de los principales factores vinculados a una baja calidad de vida en el contexto de la pandemia por COVID-19, sumándose a los diversos factores de riesgo que quizás intensifiquen el impacto de la enfermedad en la salud de las personas (Jurado et al., 2022).

Todo este contexto mantuvo a las personas llenas de temores e inseguridades y quienes dudaban de la letalidad de este virus a la larga tuvieron que chocarse con la dura realidad de sus esfuerzos, vivieron en carne propia a sus seres queridos internados en fríos y caóticos hospitales donde según las cifras la mayoría no salía con vida. Llevando a las personas a abandonar toda pizca de vida social que antes tenían, reuniones, cines, restaurantes, centros de recreación; todos estos lugares parecían sacados de una película de horror, en donde las personas habían desaparecido (García & Medina, 2024).

Las relaciones sociales han experimentado cambios significativos durante la pandemia de COVID-19. Las medidas de distanciamiento social, los confinamientos y las restricciones han tenido una influencia en la manera en que las personas se relacionan y mantienen relaciones sociales. Aquí hay algunas consideraciones sobre las relaciones sociales durante la pandemia (Gonzalez, 2021)

2.7.1. Distanciamiento social: Una de las medidas más importantes para prevenir la propagación del virus ha sido el distanciamiento social, que implica mantener una distancia física de otras personas. Esto ha llevado a la reducción de las interacciones en persona (Guevara & Marruffo, 2021).

2.7.2. Impacto en las relaciones familiares: Muchas personas han pasado más tiempo en casa con sus familias durante la pandemia, brindando oportunidades para fortalecer los lazos familiares. Sin embargo, también ha habido tensiones debido a la convivencia constante (Gomez, 2024).

2.7.3. Cambios en la vida social: Las restricciones en la capacidad de reunirse en grupos y la cancelación de eventos sociales y actividades han limitado las oportunidades de socialización en persona. Esto ha llevado a la adaptación a formas virtuales de interacción social (Barrios et al., 2021).

2.7.4. Interacción virtual: Las redes sociales, las videoconferencias y las aplicaciones de mensajería se han vuelto herramientas clave para mantener relaciones sociales. Las videollamadas y los mensajes de texto han permitido a las personas mantenerse conectadas a pesar de la distancia física (Vaca & Valenzuela, 2022).

2.7.5. Impacto en la salud mental: La falta de interacción social en persona y la sensación de aislamiento han contribuido a problemas de salud mental en algunas personas. La soledad y la depresión son preocupaciones significativas (Barrios et al., 2021).

2.7.6. Creatividad en la socialización: A lo largo de la pandemia, las personas han encontrado formas creativas de socializar de manera segura. Esto incluye actividades al aire libre, cenas en el jardín, eventos en línea y otras actividades que cumplen con las pautas de distanciamiento social (Gomez, 2024).

2.7.7. Conversaciones sobre seguridad: La pandemia ha generado conversaciones sobre la seguridad en las relaciones sociales. Las personas han tenido que tomar decisiones sobre cuánto riesgo están dispuestas a asumir al interactuar con otros.

2.7.8. Apoyo mutuo: Las relaciones sociales han desempeñado un papel importante en proporcionar apoyo emocional durante la pandemia. Amigos y familiares han brindado ayuda y solidaridad en momentos difíciles (Cadillo & Ochoa, 2022).

2.7.9. Educación y trabajo en línea: El aprendizaje y el trabajo en línea también han influido en las relaciones sociales. Los estudiantes y los profesionales han tenido que adaptarse a nuevas formas de interactuar con sus compañeros y colegas (Arequipa, 2023).

2.7.10. Cambios en las normas sociales: La pandemia ha llevado a cambios en las normas y etiqueta social. Saludar con un apretón de manos o dar abrazos se han vuelto menos comunes para evitar la transmisión del virus (Blanco et al., 2024).

La pandemia de COVID-19 ha desafiado la forma en que las personas se relacionan y socializan. A medida que la situación evoluciona y las restricciones se adaptan, las relaciones sociales también se están ajustando para mantener

un equilibrio entre la conexión humana y la seguridad. Es importante prestar atención a la salud mental y buscar apoyo cuando sea necesario, así como seguir las recomendaciones de salud pública para mantenerse seguros (Hernández, 2020).

2.8. Apoyo Familiar

La colaboración familiar durante la pandemia de COVID-19 resultó fundamental para la salud emocional y física de todos los integrantes, fomentando una comunicación abierta y sincera en el seno familiar. Se alienta a los miembros de la familia a expresar sus emociones, inquietudes y requerimientos. Escuchar activamente a los demás es fundamental. Comprendimos que cada miembro de la familia experimentó la pandemia de manera diferente. Practicar la empatía y la comprensión es esencial para mantener relaciones saludables (Hernández, 2022)

El apoyo familiar fue un pilar fundamental para afrontar los desafíos de la pandemia de COVID-19. Al trabajar juntos, mantener una comunicación abierta y brindar apoyo emocional, las familias pudieron fortalecer sus lazos y superar las dificultades de manera más efectiva (Nomberto, 2024).

2.8.1. Convivencia Familiar

La convivencia familiar durante la pandemia de COVID-19 ha sido un tema de gran importancia, debido a las medidas de distanciamiento social y los confinamientos han llevado a que muchas familias pasen más tiempo juntas en casa (Pulgarín et al., 2023).

A continuación, se presentan algunas de las experiencias y consideraciones clave relacionadas con la convivencia familiar durante la pandemia:

2.8.2. Más tiempo juntos: Las restricciones de movimiento y el cierre de escuelas y lugares de trabajo llevaron que las familias pasen más tiempo juntas en casa. Esto puede ser una oportunidad para fortalecer los lazos familiares y crear recuerdos significativos (Galindo, 2024).

2.8.3. Desafíos de espacio: Para algunas familias, la convivencia constante en espacios limitados puede resultar en tensiones y conflictos. La falta de

privacidad y el estrés de compartir el mismo espacio durante largos períodos podrían ser desafiantes (Valenzuela, 2024).

2.8.4. Equilibrio entre trabajo y vida personal: Con la transición al trabajo y la educación en línea, muchas familias han tenido que encontrar formas de equilibrar las demandas profesionales y educativas con las responsabilidades familiares. Esto puede ser un desafío adicional (Valenzuela, 2024).

2.8.5. Apoyo emocional: La pandemia generó estrés y ansiedad en muchas personas. La convivencia familiar puede brindar un importante sistema de apoyo emocional en estos momentos, permitiendo que los miembros de la familia se cuiden mutuamente (Bayolima & Merchán, 2021).

2.8.6. Comunicación: La comunicación efectiva dentro de la familia es clave para abordar los desafíos y resolver los conflictos de manera constructiva. Es importante mantener un diálogo abierto y escuchar las necesidades y preocupaciones de todos los miembros de la familia (Fuentes et al., 2024).

2.8.7. Cambio de roles: La pandemia ha requerido que las familias se adapten a nuevos roles y responsabilidades. Los padres tal vez asumieron una mayor carga en la educación en el hogar, y los niños haberse vuelto más independientes en su aprendizaje (Valenzuela, 2024).

2.8.8. Fomento de actividades conjuntas: La convivencia familiar puede ser una oportunidad para realizar actividades juntos, como cocinar, hacer ejercicio, jugar juegos de mesa o aprender nuevas habilidades. Estas actividades fortalecen los lazos familiares y promueven el bienestar (Galindo, 2024).

2.8.9. Respeto por el espacio individual: A pesar de pasar más tiempo juntos, es importante respetar el espacio individual de cada miembro de la familia. Todos necesitan momentos de soledad y privacidad para recargar energías (Valenzuela, 2024).

2.8.10. Enfrentar el duelo y la pérdida: La pandemia ha traído consigo la pérdida de seres queridos y cambios significativos en la vida cotidiana. La convivencia familiar puede ser un lugar para expresar y compartir el duelo, el estrés y las emociones (Galindo, 2024).

2.8.11. Buscar apoyo externo: En situaciones en las que la convivencia familiar se vuelve muy difícil o surgen problemas más graves, buscar apoyo de

profesionales de la salud mental o asesores familiares puede ser una opción útil (Barrios et al., 2021).

La convivencia familiar durante la pandemia de COVID-19 ha sido un desafío para muchas familias, pero también ha brindado oportunidades para fortalecer los lazos familiares y aprender a adaptarse a situaciones difíciles. La comunicación abierta y el apoyo mutuo son fundamentales para mantener relaciones familiares saludables durante estos tiempos sin precedentes (Pulgarín et al., 2023).

2.9. Uso de la tecnología

La utilización de la tecnología en medio de la pandemia de COVID-19 ha adquirido una importancia necesaria para sostener la comunicación, la educación, el trabajo y diversas actividades cotidianas. Las aplicaciones de mensajería, las redes sociales y las videollamadas se han convertido en herramientas esenciales para mantenerse conectados con amigos y familiares, especialmente cuando el distanciamiento social limita las interacciones en persona (Roque, 2024).

El uso de servicios de streaming de video, música y juegos en línea ha aumentado, esto se debe a que las personas pasan más tiempo en casa. Esto ha sido una fuente de entretenimiento y distracción. La pandemia ha destacado la importancia de las habilidades digitales. Muchas personas han tenido que aprender a utilizar nuevas tecnologías y plataformas (Pérez, 2020).

El uso de la tecnología ha sido importante para mantener la conectividad y la continuidad de las actividades diarias durante la pandemia de COVID-19. Si bien ha sido una herramienta invaluable, también ha planteado desafíos en términos de acceso y equidad, así como preocupaciones sobre la seguridad y la privacidad en línea. La tecnología continuará desempeñando un papel importante a medida que el mundo se adapte a la "nueva normalidad" en la era postpandemia (Roque, 2024)-.

2.10. Pandemia COVID-19

En diciembre de 2019, apareció un grupo de neumonía con etiología desconocida en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei de China. Varios de los

pacientes iniciales visitaron un mercado de mariscos húmedos donde también se vendieron otras especies de vida silvestre. El posterior aislamiento del virus de pacientes humanos y el análisis molecular mostraron que el patógeno era un nuevo coronavirus (CoV), primero denominado 2019nCoV, y posteriormente la Organización Mundial de la Salud (OMS) cambió el nombre de este patógeno como COVID-19 (Díaz & Toro, 2020)

La pandemia de COVID-19 es un suceso de alcance mundial que tuvo inicio a finales de 2019 y sigue teniendo repercusiones en todo el mundo hasta 2023 (Acevedo et al., 2023).

2.10.1. Origen y propagación: La COVID-19 es causada por el coronavirus SARS-CoV-2, que se identificó por primera vez en la ciudad de Wuhan, China, a finales de 2019. Se cree que el virus se originó en murciélagos y se transmitió a los humanos a través de un mercado de animales en Wuhan. Se propagó rápidamente a nivel mundial a través del contacto humano (Zaragoza et al., 2020).

2.10.2. Síntomas: Los síntomas comunes de la COVID-19 incluyen fiebre, tos seca, dificultad para respirar, fatiga, dolor de garganta y pérdida del gusto o el olfato. En algunos casos, la enfermedad puede ser asintomática o causar síntomas graves, especialmente en personas mayores y con condiciones médicas preexistentes (Leyva, 2024).

2.10.3. Medidas de prevención: Las medidas para prevenir la propagación del virus incluyen el distanciamiento social, el uso de mascarillas, la higiene de manos frecuente, la cuarentena y el aislamiento, así como la vacunación. Estas prácticas son fundamentales para reducir la transmisión del virus (Romo et al., 2023).

2.10.4. Vacunas: Desde el inicio de la pandemia, se han desarrollado y distribuido varias vacunas eficaces contra la COVID-19. La vacunación masiva es una estrategia clave para alcanzar la inmunidad colectiva y controlar la propagación del virus (Schlicht & Fernández, 2023).

2.10.5. Impacto en la salud: La COVID-19 ha tenido un impacto significativo en la salud pública, con millones de personas contagiadas y fallecidas en todo el

mundo. También ha ejercido una presión extrema sobre los sistemas de salud en muchos países (Angarita et al., 2022).

2.10.6. Impacto social y económico: La pandemia ha tenido efectos económicos devastadores, incluyendo la pérdida de empleos, el cierre de empresas y una disrupción generalizada en la vida cotidiana. Además, ha tenido impactos en la educación, el turismo y otros sectores (Angarita et al., 2022).

2.10.7. Respuestas gubernamentales: Los gobiernos de todo el mundo han implementado una variedad de medidas para controlar la propagación del virus, incluyendo confinamientos, cierres de fronteras y campañas de pruebas y rastreo de contactos (CHAVEZ MIRIAN SOYA, 2024).

2.10.8. Desafíos en la distribución de vacunas: A pesar de la disponibilidad de vacunas, la distribución y administración a nivel global ha sido desigual. Muchos países han luchado por garantizar un acceso equitativo a las vacunas (Schlicht & Fernández, 2023).

2.10.9. Variantes del virus: A lo largo de la pandemia, se han reconocido diversas mutaciones del virus SARS-CoV-2. Ciertas de estas variantes han mostrado ser más transmisibles o menos susceptibles a las vacunas, generando inquietudes adicionales (Soriano, 2022).

2.10.10. Lecciones aprendidas: La pandemia de COVID-19 ha destacado la importancia de la preparación para emergencias de salud pública, la cooperación internacional y la inversión en investigación médica. También ha resaltado la necesidad de cuidar la salud mental y el bienestar de la sociedad en general (Moreno, 2024).

La pandemia de COVID-19 ha sido un desafío global sin precedentes, y su impacto sigue siendo un tema importante en todo el mundo. La adopción de medidas preventivas y la campaña de vacunación siguen siendo esenciales para contener la propagación del virus y disminuir su repercusión en la salud y la sociedad (Schlicht & Fernández, 2023).

III. CAPÍTULO: MARCO METODOLÓGICO

3.1. Población

Tabla 1. Población empleada como muestra.

Universo poblacional de los estudiantes de 4° de secundaria de la I.E. Experimental, Nuevo Chimbote.

4° año de secundaria	N°	%
Sección "A"	32	36
Sección "B"	31	34
Sección "C"	27	30
Total	90	100

Nota: Fuente, datos obtenidos de las actas de la I.E. Experimental.

3.2. Muestra

Tabla 2. Elementos constituidos de la muestra

Estudiantes	N°	%
Varones	46	51
Mujeres	44	49
Total	90	100

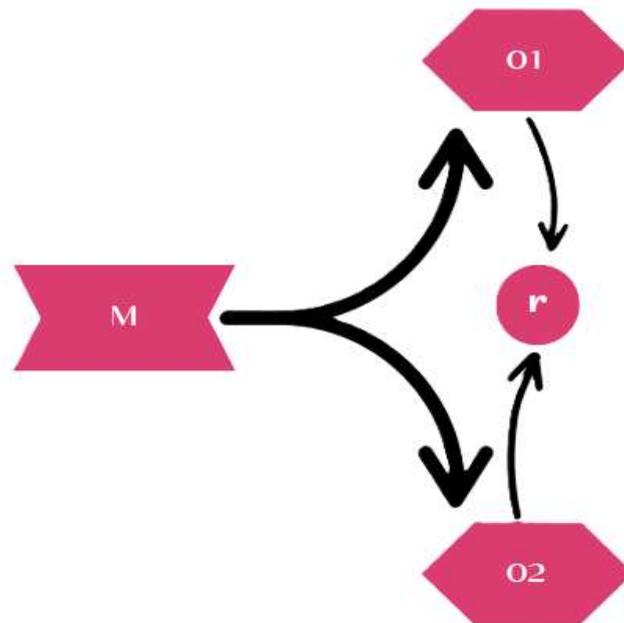
Nota: Fuente, datos obtenidos de las actas de la I.E. Experimental.

3.3. Diseño de contrastación de hipótesis

El croquis de contrastación de hipótesis que se empleará para el desarrollo de esta investigación se basa en la proyección cual abarca la utilización del diseño descriptivo correlacional (Huaman, 2024).

El cual se representa en el siguiente gráfico.

Diseño descriptivo correlacional:



Interpretación:

M : Representa la muestra donde se aplicará el instrumento.

O1 : Primera variable: Niveles de estrés post pandemia.

O2 : Segunda variable: Rendimiento académico.

R : Constituye la probable relación, analogía que exista entre O1 y O2.

3.4. Método de investigación

Los métodos que se utilizaron para dicha investigación descriptiva son los siguientes:

3.4.1. Método Estadístico

El método analítico es un enfoque utilizado en un proyecto de investigación para descomponer un fenómeno complejo en sus componentes fundamentales, con el objetivo de comprender su estructura, relaciones y posibles influencias. Este método se centra en analizar las variables de forma detallada y establecer vínculos o relaciones entre ellas a través de técnicas específicas (Velasco, 2024).

Variable 1: Niveles de estrés post pandemia. Aquí se analizó cómo los factores relacionados con la pandemia (como el confinamiento, la educación

virtual, cambios sociales, etc.) han influido en los niveles de estrés de los estudiantes (Nontien & Sabogal, 2023).

Variable 2: Rendimiento académico. Se evaluará el desempeño de los estudiantes en términos de calificaciones, cumplimiento de tareas, participación en clase, u otros indicadores académicos relevantes (García & Medina, 2024).

Establecer relaciones entre las variables:

El método analítico te permitirá identificar si existe una correlación o causalidad entre los niveles de estrés post pandemia y el rendimiento académico de los estudiantes de 4° de secundaria. Por ejemplo, podrías investigar si un mayor nivel de estrés se asocia con un bajo rendimiento académico (Rodríguez, 2024).

Interpretar los resultados:

A partir del análisis, podremos concluir que el estrés generado por la pandemia ha afectado el rendimiento académico y, posiblemente, proponer estrategias para mitigar estos efectos (Rodríguez, 2022).

3.4.2. Método analítico

El método analítico, aplicado al informe titulado "*Niveles de estrés post pandemia vinculados al rendimiento académico en estudiantes de 4° de secundaria, I.E. Experimental, Nuevo Chimbote - 2023.*", consiste en descomponer el problema de investigación en sus dos variables principales: los niveles de estrés post pandemia y el rendimiento académico. Este enfoque permite analizar cada variable de manera individual para identificar sus características, factores determinantes y medición, y posteriormente establecer cómo se relacionan entre sí (Acurio & Santos, 2024).

En resumen:

Niveles de estrés post pandemia: Se estudian los factores que contribuyen al estrés en los estudiantes tras la pandemia, considerando aspectos psicológicos, sociales y académicos (Ardiles, 2024).

Rendimiento académico: Se analiza el desempeño de los estudiantes en términos de calificaciones.

El método analítico permitirá examinar las posibles correlaciones entre ambas variables, identificando patrones o tendencias que expliquen cómo los niveles de estrés impactan el rendimiento académico, de ser así. Este enfoque detallado facilita la comprensión del problema, fundamenta las conclusiones y proporciona evidencia para proponer posibles soluciones o intervenciones (Apaza, 2024).

3.4.3. Método descriptivo simple

El método descriptivo simple es un enfoque de investigación utilizado para observar, registrar y analizar fenómenos sin manipular o intervenir directamente en las variables. Este método tiene como objetivo proporcionar una visión detallada y precisa de las características o el estado de las variables estudiadas en un momento determinado. No busca establecer relaciones causales, sino describir los fenómenos tal como ocurren (Evaristo & Zuñiga, 2024).

En el informe titulado "Niveles de estrés post pandemia vinculados al rendimiento académico en estudiantes de 4° de secundaria, I.E. Experimental, Nuevo Chimbote - 2023.", el método descriptivo simple desempeña las siguientes funciones:

Descripción de las variables:

Variable 1: Niveles de estrés post pandemia: Utilizando la escala, se pudo medir cómo los estudiantes experimentan el estrés después de la pandemia, describiendo sus niveles en términos de intensidad (alto, medio, bajo) y frecuencia (Siempre, a veces, nunca) (Valenzuela, 2024).

Variable 2: Niveles de estrés post pandemia: Utilizando la escala, se pudo medir cómo los estudiantes experimentan el estrés después de la pandemia, describiendo sus niveles en términos de intensidad (alto, medio, bajo) y frecuencia (Siempre, a veces, nunca) (Valenzuela, 2024).

Presentación clara y detallada de los datos:

El método descriptivo simple te permitirá recopilar y presentar datos sobre ambas variables de manera organizada y clara. Podrías, por ejemplo, elaborar tablas y gráficos para representar los niveles de estrés y el rendimiento académico en tu muestra de estudiantes. Estas representaciones facilitarán la comprensión de los patrones o características de los datos recolectados (LLauce, 2024).

Función exploratoria:

Aunque no se establece una relación causal entre las variables, el método descriptivo simple puede ayudarte a explorar las características de ambas variables en tu población de estudio. Te permitirá identificar si existe alguna tendencia general, como un predominio de altos niveles de estrés en ciertos grupos de estudiantes o si el rendimiento académico es, en promedio, bajó tras la pandemia (Angulo, 2023)

3.5. Operacionalización de las variables

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA
ESTRÉS	<p>El estrés es una de las vivencias más comunes y conocidas, pero su definición resulta desafiante. Se trata de un concepto complejo, muy presente e intrigante, y no existe un consenso claro sobre su significado. La palabra estrés adquiere diferentes significados para distintas personas. En la actualidad, se hace referencia a este término y a sus efectos en el comportamiento individual en numerosas ocasiones, y diversos autores han intentado definirlo y medirlo.</p>	<p>El estrés se define operacionalmente como la presencia y la intensidad de las siguientes manifestaciones en una persona</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respuesta fisiológica • Respuesta emocional • Respuesta cognitiva • Cambios en el comportamiento • Evaluación subjetiva 	Salud Física:	<ul style="list-style-type: none"> • Frecuencia de problemas de salud física. • Hábitos alimenticios. • Nivel de actividad física. 	1,2,3	ORDINAL
			Salud Mental:	<ul style="list-style-type: none"> • Síntomas de ansiedad • Síntomas de depresión. • Estrategias de afrontamiento utilizadas. • Autoevaluación del bienestar emocional 	4,5,6,7	
			Carga Académica:	<ul style="list-style-type: none"> • Horas de estudio diarias. • Número de exámenes y tareas por semana. • Percepción de la dificultad del trabajo escolar. 	8,9,10	
			Relaciones Sociales	<ul style="list-style-type: none"> • Calidad de las relaciones con compañeros. • Relación con familiares. • Participación en actividades sociales 	11,12,13	
			Tecnología:	<ul style="list-style-type: none"> • Tiempo dedicado a dispositivos electrónicos. • Uso de la tecnología para el aprendizaje. • Sentimientos de dependencia tecnológica 	14,15,16	
			Apoyo Familiar:	<ul style="list-style-type: none"> • Percepción de apoyo de la familia. • Comunicación con la familia. 		

				<ul style="list-style-type: none"> • Ayuda en la gestión del estrés por parte de la familia. 	17,18,19	
			Cambios en la Rutina:	<ul style="list-style-type: none"> • Alteraciones en la rutina diaria. • Nivel de adaptación a los cambios. • Efectos de los cambios en la vida cotidiana. 	20,21,22	
			Incertidumbre:	<ul style="list-style-type: none"> • Preocupaciones sobre el futuro. • Sentimientos de inseguridad. • Expectativas personales a largo plazo. 	23,24,25	
			Recursos y Apoyo:	<ul style="list-style-type: none"> • Acceso a recursos de apoyo escolar. • Utilización de servicios de apoyo psicológico. • Percepción de apoyo institucional. 	26,27,28	
RENDIMIENTO ACADÉMICO	El rendimiento académico engloba el conjunto de conocimientos adquiridos durante la etapa escolar en sus diferentes niveles. Se considera que un estudiante tiene un rendimiento satisfactorio si logra obtener calificaciones destacadas a lo largo de todos los años cursados o durante el año escolar completo. (Antonacci, 2021).	Dado que, el rendimiento escolar se ocupa por niveles con lo que respecta a notas, es que se recolectara mediante una ficha de registro de notas, y con escala: <ul style="list-style-type: none"> • Deficiente • Regular y • Eficiente. 	ALTO RENDIMIENTO	Notas de 16 a 20		ORDINAL
			MEDIO RENDIMIENTO	Notas de 11 a 15		
			BAJO RENDIMIENTO	Notas de 0 a 10		

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

En informe titulado "Niveles de estrés post pandemia vinculados al rendimiento académico en estudiantes de 4° de secundaria, I.E. Experimental, Nuevo Chimbote - 2023.", se emplearon técnicas e instrumentos específicos para garantizar la calidad y pertinencia de los datos recolectados.

3.6.1. Técnica de recolección de datos

La técnica principal utilizada fue la encuesta, aplicada de manera presencial a los estudiantes de las secciones A, B y C de la Institución Educativa Experimental, ubicada en Nuevo Chimbote. Esta técnica permitió recopilar información directa sobre los niveles de estrés post pandemia en un entorno controlado, fomentando una alta tasa de respuesta por parte de los participantes.

3.6.2. Instrumento de recolección de datos

El instrumento utilizado fue una escala de medición diseñada para evaluar los niveles de estrés post pandemia (primera variable). Las características principales del instrumento son:

- **Estructura:** La escala constó de 28 ítems, organizados en torno a 9 indicadores clave relacionados con las dimensiones del estrés post pandemia.
- **Formato de respuesta:** Se utilizó un sistema de opciones cerradas, donde los participantes seleccionaron entre las siguientes categorías:
 - Siempre (3 puntos)
 - Casi siempre (2 puntos)
 - Casi nunca (1 punto)
 - Nunca (0 puntos)
- **Puntaje total:** El puntaje máximo alcanzable fue de 84 puntos, lo cual permitió categorizar a los participantes según el nivel de estrés identificado.

3.6.3. Aplicación del instrumento

La escala fue aplicada de forma presencial, en un ambiente preparado dentro de la institución educativa, con el objetivo de asegurar la comodidad de los estudiantes y evitar distracciones. Se contó con el apoyo del personal docente

para organizar y supervisar la actividad, facilitando la participación de las tres secciones seleccionadas.

3.6.4. Ventajas del método empleado

- La escala permitió obtener datos cuantitativos claros, adecuados para el análisis estadístico.
- La técnica presencial garantizó respuestas completas y evitó la pérdida de información.
- El diseño simple de las opciones de respuesta facilitó la comprensión y rapidez en la ejecución por parte de los estudiantes.

Este enfoque metódico y estructurado asegura que los datos recolectados sean confiables y representativos, constituyendo una base sólida para el análisis de las variables en el estudio.

3.7. Validez y confiabilidad del instrumento

3.7.1. Validez del instrumento.

El análisis de la validez y confiabilidad del instrumento utilizado en el informe titulado "*Niveles de estrés post pandemia vinculados al rendimiento académico en estudiantes de 4° de secundaria, I.E. Experimental, Nuevo Chimbote - 2023*", realizado por Alayo Cumpen y Díaz Carril, debe considerarse desde una perspectiva metodológica rigurosa, teniendo en cuenta que las tesis elaboraron el instrumento ellas mismas para medir niveles de estrés post pandemia.

La validez mide qué tan bien el instrumento evalúa aquello que pretende medir. Considerando que se utilizó una escala de 28 ítems para medir el estrés, y las notas de los estudiantes para la segunda variable, se podrían evaluar los siguientes tipos de validez (López et al., 2024):

a) Validez de contenido

- **Definición:** Verifica si los ítems de la escala cubren adecuadamente los aspectos del estrés post pandemia en estudiantes (Ayala & Cárdenas. Rubén, 2023).

- **Análisis:**
- El instrumento consta de 28 ítems, organizados en torno a 9 indicadores clave relacionados con el estrés post pandemia.
- Los autores mencionan haber revisado el contenido con expertos en la materia, lo cual es un criterio importante para validar el contenido (ver anexos).
- Revisión por expertos: Determina si los ítems son representativos del constructo "estrés post pandemia". Por ejemplo, incluir preguntas sobre carga académica, adaptación social y cambios emocionales (Tarrillo & Ramirez, 2024).
- Relación con la teoría: Evalúa si los ítems reflejan conceptos teóricos relevantes al estrés post pandemia (Tarrillo & Ramirez, 2024).

b) Validez de constructo

- **Definición:** Evalúa si el instrumento mide el concepto teórico de estrés post pandemia.
- **Análisis:**
- **Análisis factorial exploratorio (AFE):** Identifica si los ítems se agrupan de forma coherente en factores que representen dimensiones del estrés, como estrés emocional, académico, o social.
- **Correlaciones:** Determina si los resultados de la escala están relacionados con medidas similares de estrés (si las tienes disponibles).

c) Validez de criterio

- **Definición:** Mide si los resultados de la escala se relacionan con un criterio externo válido.
- Se menciona la posibilidad de comparar los puntajes del instrumento con notas escolares, que se usan como variable de rendimiento académico.
- **Análisis:** Comparar los puntajes obtenidos con una escala validada previamente para medir estrés (si es posible) o analizar la relación entre el estrés percibido y las notas escolares como criterio externo.

3.7.2. Confiabilidad del instrumento

La confiabilidad mide la consistencia interna y estabilidad de los resultados del instrumento. Los análisis recomendados para tu escala son:

a) Confiabilidad interna (consistencia)

- **Definición:** Determina si los ítems dentro de la escala están relacionados entre sí y miden el mismo constructo.

- **Análisis:**

- Coeficiente Alpha de Cronbach:

Valores aceptables: ≥ 0.70 .

- Permite evaluar si los ítems de la escala de estrés son consistentes.
- Si el instrumento tiene subescalas (por ejemplo, emocional, académico), calcula el alfa para cada una.

b) Confiabilidad test-retest (estabilidad)

- **Definición:** Evalúa si los resultados son consistentes al aplicar el instrumento en diferentes momentos.

- **Análisis:**

- Realiza la escala en dos momentos diferentes con un intervalo razonable (1-2 semanas).
- Calcula el coeficiente de correlación intraclase (CCI) para determinar la estabilidad de los resultados.

c) Análisis de ítems

- **Definición:** Evalúa si cada ítem contribuye a la confiabilidad general.
- **Análisis:**
- Correlación ítem-total: Mide si los ítems individuales están alineados con el resto de la escala. Los valores por debajo de 0.30 indican posibles problemas.
- Eliminación de ítems: Identifica si eliminar un ítem aumenta el coeficiente Alpha de Cronbach.

3.7.3. Notas de los estudiantes como segunda variable

Dado que las notas escolares no son medidas a través de un instrumento validado, considera las siguientes estrategias para garantizar su relevancia:

- **Fiabilidad:** Revisa si las notas son consistentes en todas las materias y ciclos académicos, reflejando un sistema de evaluación estable.
- **Validez:**
- Analiza la relación entre las notas y otros indicadores de desempeño académico, como participación o asistencia.
- Considera si las notas reflejan factores relacionados con el estrés, como baja concentración o desempeño irregular

3.8. Procedimiento de recolección de datos

El presente informe, titulado *"Niveles de estrés post pandemia vinculados al rendimiento académico en estudiantes de 4° de secundaria, I.E. Experimental, Nuevo Chimbote - 2023."*, describe el proceso de recolección de datos realizado con una muestra de 90 estudiantes, cuyas edades oscilan entre los 14 y 17 años, de la Institución Educativa Experimental ubicada en Nuevo Chimbote.

3.8.1. Fase de planificación

Se seleccionó como instrumento una escala de medición compuesta por 28 ítems, diseñada específicamente para evaluar los niveles de estrés post pandemia (primera variable). Paralelamente, se consideraron las notas académicas de los estudiantes como indicador del rendimiento académico (segunda variable). La escala fue previamente revisada para asegurar su adecuación a las características de la población objetivo, contando con respuestas de opción: siempre, a veces y casi nunca (Aramburu & Arriaga, 2024).

3.8.2. Fase de ejecución

La aplicación del instrumento se realizó de manera presencial, dentro de las instalaciones del plantel educativo. Se trabajó en estrecha colaboración

con el personal docente, quienes facilitaron la organización y coordinación del proceso. La actividad se llevó a cabo en horarios previamente acordados para no interferir con las actividades regulares de los estudiantes (Aramburu & Arriaga, 2024).

3.8.3. Interacción con los participantes

Los estudiantes mostraron un alto grado de participación y compromiso durante la aplicación de la escala, lo cual permitió obtener una respuesta completa y sin omisiones. Antes de iniciar, se explicó a los participantes el objetivo del estudio y se garantizó la confidencialidad de los datos recolectados, generando un ambiente de confianza y receptividad (Cárdenas, 2024).

3.8.4. Fase de cierre

Una vez recolectados los datos, estos fueron codificados y organizados para su análisis. La colaboración del plantel docente fue clave para el éxito de esta etapa, brindando el apoyo logístico necesario y fomentando la disposición de los estudiantes hacia el proceso (Daza & Pacaya, 2022).

Este procedimiento permitió la obtención de información de calidad, asegurando que los resultados sean representativos de la población estudiada (Daza & Pacaya, 2022).

IV. CAPÍTULO: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultados y discusión

Tabla 3. Correlación: Estrés post pandemia y rendimiento académico

		ESTRÉS	RENDIMIENTO
ESTRÉS	Correlación de Pearson	1	.021
	Sig. (bilateral)		.840
	Suma de cuadrados y productos vectoriales	2270.615	15.308
	Covarianza	25.229	.170
	N	91	91
RENDIMIENTO	Correlación de Pearson	.021	1
	Sig. (bilateral)	.840	
	Suma de cuadrados y productos vectoriales	15.308	223.297
	Covarianza	.170	2.481
	N	91	91

			ESTRÉS	RENDIMIENTO
Rho de Spearman	ESTRÉS	Coefficiente de correlación	1.000	-.011
		Sig. (bilateral)	.	.921
		N	91	91
	RENDIMIENTO	Coefficiente de correlación	-.011	1.000
		Sig. (bilateral)	.921	.
		N	91	91

La correlación de Pearson entre los niveles de estrés y el rendimiento académico en estudiantes de 4° de secundaria muestra un valor de 0.021, indicando una relación muy baja y no significativa entre ambas variables ($p = 0.840$). Esto sugiere que el estrés post pandemia no tiene un impacto estadísticamente relevante en el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E. Experimental, Nuevo Chimbote - 2024, según los datos analizados (Fernandes, 2024.)

El análisis de la correlación entre los niveles de estrés post pandemia y el rendimiento académico en estudiantes de 4° de secundaria revela que la relación es prácticamente inexistente ($r = 0.021$; $p = 0.840$). Esto implica que, desde una perspectiva pedagógica, los niveles de estrés no afectan significativamente el desempeño académico en DPCC. Es posible que otros factores, como las metodologías de enseñanza, las estrategias de evaluación, o el contexto familiar y escolar, influyan más directamente en el rendimiento de los estudiantes. La ausencia de correlación significativa también puede indicar la capacidad de los estudiantes para manejar el estrés o que los niveles de estrés percibidos no afectan su desempeño de forma inmediata (Di-Lorenzo & Verdesoto Maza, 2024).

En el área de DPCC, la enseñanza busca no solo el aprendizaje de contenidos, sino también el desarrollo de habilidades críticas y reflexivas. Estos resultados destacan la importancia de integrar en el aula estrategias de acompañamiento emocional y promoción del bienestar estudiantil, más allá de enfocarse únicamente en reducir el estrés. La implementación de técnicas como el aprendizaje colaborativo o la enseñanza basada en proyectos podría favorecer el rendimiento, ayudando a los estudiantes a sobrellevar la carga emocional de manera más efectiva y potenciar su desempeño académico en escenarios post pandémicos (Murillo, 2024).

Tabla 4. Correlación: Salud física y promedio de notas.

		Correlaciones	
		SALUD FÍSICA	PROMEDIO-NOTAS
SALUD FISICA	Correlación de Pearson	1	.014
	Sig. (bilateral)		.895
	N	91	91
PROMEDIO-NOTAS	Correlación de Pearson	.014	1
	Sig. (bilateral)	.895	
	N	91	91

			Correlaciones	
			SALUD FISICA	PROMEDIO-NOTAS
Rho de Spearman	SALUD FISICA	Coeficiente de correlación	1.000	.037
		Sig. (bilateral)	.	.728
		N	91	91
	PROMEDIO-NOTAS	Coeficiente de correlación	.037	1.000
		Sig. (bilateral)	.728	.
		N	91	91

En el análisis de correlación de Pearson entre la salud física y el promedio de notas de los estudiantes de 4° de secundaria, se observó un coeficiente de .014, indica una relación prácticamente nula entre ambas variables. Además, el nivel de significancia bilateral es .895, demuestra que no existe una asociación estadísticamente significativa entre la salud física y el rendimiento académico en este grupo de estudiantes. En términos pedagógicos, estos resultados indican que, en el contexto de la pandemia, factores relacionados con la salud física podrían no estar influyendo de manera directa en las calificaciones de los estudiantes (Chávez & Chávez, 2015).

En el análisis de la correlación de Pearson entre la salud física y el promedio de notas de los estudiantes de 4° de secundaria en la I.E. Experimental de Nuevo Chimbote, se encontró un coeficiente de .014, lo cual indica una relación prácticamente inexistente entre ambas variables. Además, con un valor de significancia bilateral de .895, se concluye que esta relación no es estadísticamente significativa. Esto sugiere que la salud física, en este caso, no tiene un impacto directo en el rendimiento académico de los estudiantes, lo cual podría estar relacionado con otros factores que median esta relación, como el apoyo familiar, el entorno educativo o los recursos pedagógicos.

Desde un enfoque pedagógico en DPCC, estos resultados resaltan la importancia de investigar otros factores que afectan el rendimiento, especialmente en el contexto postpandemia. Es relevante entender que, si bien la salud física es importante, factores como el estrés, la adaptación emocional y las interacciones sociales podrían tener un rol más significativo en el desempeño académico. Esto implica que las estrategias educativas en Ciencias Sociales deben incluir herramientas para fortalecer las habilidades socioemocionales, fomentar la resiliencia y proporcionar espacios de apoyo emocional en el aula, con el fin de mejorar el aprendizaje y el bienestar de los estudiantes (Rodríguez, 2022).

Tabla 5. Correlación: Salud mental y promedio de notas

Correlaciones

		SALUD MENTAL	PROMEDIO-NOTAS
SALUD MENTAL	Correlación de Pearson	1	-.030
	Sig. (bilateral)		.779
	N	91	91
PROMEDIO-NOTAS	Correlación de Pearson	-.030	1
	Sig. (bilateral)	.779	
	N	91	91

Correlaciones

		SALUD MENTAL	PROMEDIO-NOTAS
Rho de Spearman	SALUD MENTAL	Coefficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	.
		N	91
	PROMEDIO-NOTAS	Coefficiente de correlación	-.013
		Sig. (bilateral)	.902
		N	91

En el análisis de la correlación de Pearson entre la salud mental y el promedio de notas de los estudiantes de 4° de secundaria, se observa un coeficiente de $-.030$, indica una relación prácticamente inexistente entre ambas variables. Además, el valor de significancia bilateral de $.779$ confirma que esta correlación no es estadísticamente significativa. Estos resultados indican que, en el contexto postpandemia, la salud mental no se asocia directamente con el rendimiento académico, al menos en términos de calificaciones, para este grupo de estudiantes (Vásquez et al., 2020).

Desde el enfoque pedagógico En el análisis de la correlación de Pearson entre la salud mental y el promedio de notas de los estudiantes de 4° de secundaria de la I.E. Experimental, se encontró un coeficiente de $-.030$, indica una relación prácticamente nula entre ambas variables. Con un nivel de significancia de $.779$, se concluye que no hay una asociación estadísticamente significativa entre la salud mental y el rendimiento académico en este grupo. Esto sugiere que, en el contexto postpandemia, el estado de salud mental de los estudiantes no se refleja directamente en sus calificaciones (Lizano, 2023).

Dentro del área de DPCC, estos resultados son un llamado a examinar otros factores que afectan el rendimiento académico, más allá de la salud mental en sentido estricto. La situación postpandemia ha traído desafíos que van más allá del bienestar emocional individual, involucrando aspectos sociales y de apoyo comunitario que influyen en el aprendizaje. Las estrategias educativas deberían, por lo tanto, enfocarse en desarrollar habilidades sociales y de adaptación en los estudiantes, creando espacios de reflexión y diálogo sobre su entorno social y emocional. Esto ayudaría a fortalecer su resiliencia y capacidad para enfrentar desafíos académicos y personales en el contexto actual (Lizano, 2023).

Tabla 6. Correlación: Carga académica y promedio de notas.

		CARGA ACADÉMICA	PROMEDIO-NOTAS
CARGA ACADÉMICA	Correlación de Pearson	1	.069
	Sig. (bilateral)		.516
	N	91	91
PROMEDIO-NOTAS	Correlación de Pearson	.069	1
	Sig. (bilateral)	.516	
	N	91	91

		CARGA ACADÉMICA	PROMEDIO-NOTAS	
Rho de Spearman	CARGA ACADÉMICA	Coefficiente de correlación	1.000	.048
		Sig. (bilateral)	.	.651
		N	91	91
	PROMEDIO-NOTAS	Coefficiente de correlación	.048	1.000
		Sig. (bilateral)	.651	.
		N	91	91

En la tabla de correlación de Pearson entre la carga académica y el promedio de notas de los estudiantes de 4° de secundaria, se observa un coeficiente de .069, indica una relación muy débil y casi inexistente entre ambas variables. Con un valor de significancia de .516, la relación no es estadísticamente significativa, sugiriendo que la carga académica no afecta directamente el rendimiento académico de los estudiantes.

El análisis de la correlación de Pearson entre la carga académica y el promedio de notas en estudiantes de 4° de secundaria de la I.E. Experimental muestra un coeficiente de .069, indica una relación muy débil entre ambas variables. Con un valor de significancia de .516, esta correlación no es estadísticamente significativa, sugiriendo que el nivel de carga académica no influye directamente en las calificaciones de los estudiantes. Esto podría deberse a que los estudiantes han desarrollado estrategias de adaptación frente a las demandas académicas, especialmente en el contexto postpandemia.

Desde una perspectiva pedagógica en DPCC, estos resultados indican que es importante considerar otros factores en el proceso de aprendizaje, como las habilidades de gestión del tiempo, la motivación y el apoyo emocional. La enseñanza en Ciencias Sociales puede enfocarse en desarrollar en los estudiantes una comprensión crítica de su contexto y en fortalecer sus competencias socioemocionales. Al integrar temas de autocuidado y resiliencia, se puede ayudar a los estudiantes a gestionar sus responsabilidades de manera efectiva, promoviendo no solo su rendimiento académico, sino también su bienestar integral en un contexto social y educativo desafiante (Pájaro, 2024).

Tabla 7. Correlación: Relaciones sociales y promedio de notas.

		RELACIONES SOCIALES	PROMEDIO-NOTAS
RELACIONES SOCIALES	Correlación de Pearson	1	.005
	Sig. (bilateral)		.963
	N	91	91
PROMEDIO-NOTAS	Correlación de Pearson	.005	1
	Sig. (bilateral)	.963	
	N	91	91

			RELACIONES SOCIALES	PROMEDIO-NOTAS
Rho de Spearman	RELACIONES SOCIALES	Coeficiente de correlación	1.000	-.025
		Sig. (bilateral)	.	.816
		N	91	91
	PROMEDIO-NOTAS	Coeficiente de correlación	-.025	1.000
		Sig. (bilateral)	.816	.
		N	91	91

La tabla de correlaciones muestra el coeficiente de Pearson entre las relaciones sociales y el promedio de notas de los estudiantes de cuarto de secundaria. El valor de la correlación es de 0.005, indica una relación prácticamente nula entre ambas variables. Además, el valor de significancia (Sig. bilateral) es de 0.963, mucho mayor que el nivel de significancia habitual ($p < 0.05$), por lo cual no es posible afirmar que exista una relación significativa entre el nivel de relaciones sociales y el rendimiento académico en esta muestra.

La tabla de correlación muestra que no existe una relación significativa entre las relaciones sociales y el rendimiento académico (promedio de notas) en los estudiantes de cuarto de secundaria, pues el coeficiente de correlación de Pearson es de 0.005, y el valor de significancia es de 0.963, superior al nivel convencional de $p < 0.05$. Estos resultados indican que, en el contexto postpandemia, la dimensión social de los estudiantes no impacta de manera directa en su desempeño académico. Esto podría interpretarse como una señal que apunta a que los estudiantes están reconstruyendo sus lazos sociales sin que esto necesariamente influya en sus calificaciones.

Desde el enfoque pedagógico de la enseñanza en DPCC, es fundamental considerar el rol que juegan las habilidades interpersonales y de colaboración en el aprendizaje integral del estudiante. Aunque las relaciones sociales no afecten directamente el rendimiento medido en notas, podrían contribuir a mejorar el bienestar y el ambiente de aprendizaje, factores importantes para el desarrollo de competencias ciudadanas y sociales. Estos resultados resaltan la necesidad de estrategias pedagógicas que promuevan el desarrollo integral, considerando que los aspectos sociales fortalecen la resiliencia y el apoyo emocional, elementos clave en la adaptación postpandemia de los estudiantes (Maza & Roca, 2024).

Tabla 8. Correlación: Uso de tecnología y promedio de notas.

Correlaciones

		TECNOLOGÍA	PROMEDIO- NOTAS
TECNOLOGÍA	Correlación de Pearson	1	.096
	Sig. (bilateral)		.366
	N	91	91
PROMEDIO- NOTAS	Correlación de Pearson	.096	1
	Sig. (bilateral)	.366	
	N	91	91

Correlaciones

			TECNOLOGÍA	PROMEDIO- NOTAS
Rho de Spearman	TECNOLOGÍA	Coefficiente de correlación	1.000	.121
		Sig. (bilateral)	.	.254
		N	91	91
	PROMEDIO- NOTAS	Coefficiente de correlación	.121	1.000
		Sig. (bilateral)	.254	.
		N	91	91

La tabla de correlación muestra que la relación entre el uso de tecnología y el rendimiento académico (promedio de notas) en los estudiantes de cuarto de secundaria es muy baja, con un coeficiente de Pearson de 0.096. El valor de significancia es de 0.366, superior al nivel convencional de $p < 0.05$, indica que no hay una relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Esto sugiere que el uso de tecnología en este grupo de estudiantes no tiene un impacto directo sobre sus calificaciones.

La tabla de correlación refleja que no existe una relación significativa entre el uso de tecnología y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto de secundaria, dado que el coeficiente de correlación de Pearson es 0.096 y el valor de significancia es 0.366, mayor que el nivel de $p < 0.05$. Esto sugiere que el acceso y uso de tecnología por sí mismos no influyen directamente en las calificaciones de los estudiantes, lo cual puede estar relacionado con la forma en que se utiliza la tecnología en el entorno educativo y la falta de enfoque en prácticas pedagógicas específicas que potencien el aprendizaje (Espinoza & Rojas, 2024).

Desde el enfoque pedagógico de la enseñanza en DPCC, estos resultados invitan a una reflexión sobre la integración de la tecnología en el aula. Si bien la tecnología facilita el acceso a recursos educativos, su efectividad depende de cómo se utilice para fomentar habilidades críticas, análisis de la información y comprensión de contextos sociales. Los educadores emplearían herramientas tecnológicas para crear experiencias de aprendizaje activo, donde los estudiantes participen en investigaciones, debates y análisis de problemas sociales, fortaleciendo así su pensamiento crítico y habilidades ciudadanas. Así, la tecnología puede pasar de ser un simple recurso informativo a una herramienta de desarrollo integral en la educación (Avilez et al., 2024).

Tabla 9. Correlación: Apoyo familiar y promedio de notas

Correlaciones

		APOYO FAMILIAR	PROMEDIO-NOTAS
APOYO FAMILIAR	Correlación de Pearson	1	-.032
	Sig. (bilateral)		.763
	N	91	91
PROMEDIO-NOTAS	Correlación de Pearson	-.032	1
	Sig. (bilateral)	.763	
	N	91	91

Correlaciones

			APOYO FAMILIAR	PROMEDIO-NOTAS
Rho de Spearman	APOYO FAMILIAR	Coeficiente de correlación	1.000	-.013
		Sig. (bilateral)	.	.903
		N	91	91
	PROMEDIO-NOTAS	Coeficiente de correlación	-.013	1.000
		Sig. (bilateral)	.903	.
		N	91	91

La tabla de correlación indica que no hay una relación significativa entre el apoyo familiar y el rendimiento académico (promedio de notas) en los estudiantes de cuarto de secundaria. El coeficiente de correlación de Pearson es -0.032, y el valor de significancia es 0.763, mayor que el nivel convencional de $p < 0.05$. Estos resultados mencionan que el apoyo familiar, en este caso, no tiene un impacto directo en el desempeño académico medido en calificaciones (Pfocco & Pinto, 2021).

La tabla de correlación refleja que no existe una relación significativa entre el apoyo familiar y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto de secundaria, con un coeficiente de correlación de Pearson de -0.032 y un valor de significancia de 0.763, superior al nivel convencional de $p < 0.05$. Estos resultados indican que el apoyo familiar, aunque esencial en términos de respaldo emocional, no parece tener un impacto directo en las calificaciones de los estudiantes en este contexto postpandemia. Esto puede interpretarse como una señal que confirma que el apoyo familiar contribuye más al bienestar general que a los resultados académicos medidos en promedio de notas (Chero, 2024).

Desde el enfoque pedagógico en DPCC, este hallazgo plantea la importancia de reconocer y fortalecer el rol de la familia como un factor de apoyo en el desarrollo emocional y social de los estudiantes, más allá de los resultados académicos. La enseñanza en Ciencias Sociales debería promover actividades que involucren a las familias en el proceso educativo, enfocándose en fortalecer las habilidades interpersonales, la resiliencia y el manejo del estrés. Así, se podría contribuir a un entorno de aprendizaje más comprensivo e inclusivo, donde el apoyo familiar complementa el trabajo pedagógico y permita a los estudiantes enfrentar los desafíos del contexto postpandemia de manera integral.

Tabla 10. Correlación: Cambios en la rutina y promedio de notas.

Correlaciones

		CAMBIOS EN LA RUTINA	PROMEDIO-NOTAS
CAMBIOS EN LA RUTINA	Correlación de Pearson	1	-.178
	Sig. (bilateral)		.091
	N	91	91
PROMEDIO-NOTAS	Correlación de Pearson	-.178	1
	Sig. (bilateral)	.091	
	N	91	91

Correlaciones

			CAMBIOS EN LA RUTINA	PROMEDIO-NOTAS
Rho de Spearman	CAMBIOS EN LA RUTINA	Coeficiente de correlación	1.000	-.211*
		Sig. (bilateral)	.	.045
		N	91	91
	PROMEDIO-NOTAS	Coeficiente de correlación	-.211*	1.000
		Sig. (bilateral)	.045	.
		N	91	91

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

En el contexto de los niveles de estrés post pandemia y su impacto en el rendimiento académico de estudiantes de 4° de secundaria, esta tabla muestra una correlación negativa entre los cambios en la rutina y el promedio de notas, con un coeficiente de correlación de Pearson de -0.178 y un valor de significancia de 0.091. Aunque la relación es negativa, no resulta estadísticamente significativa al nivel de .05, lo cual indica que los cambios en la rutina no tienen una relación suficientemente fuerte o significativa con el rendimiento académico en este grupo de estudiantes (Serveleon, 2022).

En el contexto pedagógico de DPCC, el análisis muestra una correlación negativa entre los cambios en la rutina y el rendimiento académico, con un coeficiente de -0.178 y un valor de significancia de 0.091 . Aunque esta relación no es estadísticamente significativa, sugiere que los cambios en la rutina no están directamente asociados con variaciones en las calificaciones, es importante considerar el impacto de los cambios post pandemia en los hábitos y organización personal de los estudiantes. Esta falta de correlación significativa podría indicar que factores adicionales, como el apoyo emocional y el ambiente escolar, juegan un rol más determinante en el desempeño académico (Gomez, 2024).

Desde un enfoque en DPCC, estos hallazgos subrayan la importancia de promover la adaptabilidad y resiliencia en los estudiantes para enfrentar las alteraciones en sus rutinas. La educación en Ciencias Sociales puede integrar contenidos y actividades que no solo enfoquen en el conocimiento académico, sino también en el desarrollo de habilidades socioemocionales, permitiendo a los estudiantes manejar de mejor forma los cambios. Fortalecer estas competencias puede contribuir a que los estudiantes enfrenten de manera positiva los desafíos post pandemia, facilitando su aprendizaje y crecimiento personal en un entorno que requiere adaptabilidad constante (Martínez, 2022).

Tabla 11. Correlación: Incertidumbre y promedio de notas.

		INCERTIDUMBRE	PROMEDIO- NOTAS
INCERTIDUMBRE	Correlación de Pearson	1	-.115
	Sig. (bilateral)		.278
	N	91	91
PROMEDIO- NOTAS	Correlación de Pearson	-.115	1
	Sig. (bilateral)	.278	
	N	91	91

			INCERTIDUMBRE	PROMEDIO- NOTAS
Rho de Spearman	INCERTIDUMBRE	Coefficiente de correlación	1.000	-.144
		Sig. (bilateral)	.	.173
		N	91	91
	PROMEDIO- NOTAS	Coefficiente de correlación	-.144	1.000
		Sig. (bilateral)	.173	.
		N	91	91

En el análisis de correlación, tanto el coeficiente de Pearson como el de Spearman muestran una relación negativa entre la incertidumbre (posiblemente un indicador de estrés) y el promedio de notas de los estudiantes de 4° de secundaria, aunque esta relación no es estadísticamente significativa ($p > 0.05$). Esto sugiere que, en esta muestra, no se encontró evidencia que indique que la incertidumbre influya directamente en el rendimiento académico post pandemia.

Desde el enfoque pedagógico en DPCC, los resultados de la tabla mencionan que la incertidumbre, posiblemente relacionada con el estrés post pandemia, no muestra una relación estadísticamente significativa con el rendimiento académico de los estudiantes de 4° de secundaria de la I.E Experimental de Nuevo Chimbote. Este hallazgo podría interpretarse como una señal que muestre que, aunque los estudiantes hayan experimentado niveles elevados de incertidumbre y estrés, estos factores no parecen afectar directamente sus promedios de calificaciones en el contexto actual. Sin embargo, esto no implica que el estrés y la incertidumbre no influyan en otros aspectos del desarrollo estudiantil, como su motivación, compromiso en clase o bienestar emocional, los cuales también son vitales para una formación integral en DPCC.

En el contexto educativo, es importante considerar que la pandemia ha afectado la manera en que los estudiantes perciben su entorno y enfrentan los desafíos académicos. Los datos no indican una relación directa entre la incertidumbre y el rendimiento académico, el rol del docente en Ciencias Sociales sigue siendo clave. Los educadores podrían implementar estrategias de aprendizaje que refuercen la resiliencia, el pensamiento crítico y la capacidad de análisis, habilidades esenciales para entender y adaptarse a situaciones cambiantes. Estas habilidades contribuyen no solo al rendimiento académico, sino también al fortalecimiento de competencias socioemocionales que ayudan a los estudiantes a enfrentar la incertidumbre y el estrés en su vida cotidiana (Núñez, 2024).

Tabla 12. Correlación: Recursos y apoyos, y promedio de notas.

		RECURSOS Y APOYOS	PROMEDIO-NOTAS
RECURSOS Y APOYOS	Correlación de Pearson	1	.246*
	Sig. (bilateral)		.019
	N	91	91
PROMEDIO-NOTAS	Correlación de Pearson	.246*	1
	Sig. (bilateral)	.019	
	N	91	91

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

		RECURSOS Y APOYOS	PROMEDIO-NOTAS
Rho de Spearman	RECURSOS Y APOYOS	Coeficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	.
		N	91
	PROMEDIO-NOTAS	Coeficiente de correlación	.226*
		Sig. (bilateral)	.031
		N	91

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

El análisis de correlación muestra una relación positiva y significativa entre los recursos y apoyos disponibles y el rendimiento académico (promedio de notas) de los estudiantes de 4° de secundaria en la I.E. Experimental de Nuevo Chimbote. Los coeficientes de Pearson (0.246, $p = 0.019$) y Spearman (0.226, $p = 0.031$) indican que, a mayores recursos y apoyos, el rendimiento académico tiende a mejorar, aunque la relación es moderadamente baja.

El análisis de correlación sugiere que los recursos y apoyos disponibles para los estudiantes tienen una relación significativa con su rendimiento académico, aunque de magnitud moderada. La correlación positiva (Pearson = 0.246, $p = 0.019$ y Spearman = 0.226, $p = 0.031$) indica que, a medida que se incrementan los recursos y apoyos, el promedio de notas de los estudiantes también tiende a mejorar. Desde un enfoque pedagógico, estos hallazgos refuerzan la importancia de proporcionar un entorno de aprendizaje enriquecido con recursos adecuados y apoyo emocional y académico, especialmente en un contexto postpandemia, donde los estudiantes enfrentan desafíos adicionales.

En el ámbito de las DPCC, esta relación puede interpretarse como una evidencia que los factores externos al estudiante, como el apoyo familiar, la disponibilidad de materiales y el acompañamiento docente, influyen en el desempeño académico. Esto subraya la necesidad de implementar políticas y estrategias educativas que fortalezcan el acceso a recursos y el apoyo integral para los estudiantes, ayudándolos a superar los efectos del estrés y la incertidumbre. De esta manera, se contribuye no solo al desarrollo académico, sino también al bienestar y resiliencia de los jóvenes, fundamentales en el proceso educativo postpandemia (Quimi & Quirumbay, 2024)

V. CAPÍTULO: CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

5.1. Conclusiones

Los resultados obtenidos mediante el análisis estadístico revelan que la relación entre los niveles de estrés post pandemia y el rendimiento académico de los estudiantes de 4° de secundaria de la I.E. Experimental, Nuevo Chimbote, es muy baja y no significativa. Esto se evidencia en el coeficiente de correlación de Pearson ($r = 0.021$, $p = 0.840$), indicando que el estrés post pandemia no tiene un impacto estadísticamente relevante en el rendimiento académico dentro del contexto estudiado.

El estrés post pandemia, analizado a través de diversos factores como salud física, mental, cambios en la rutina, y apoyo familiar, no tiene un impacto directo y significativo en el rendimiento académico en términos de calificaciones. Sin embargo, los recursos y apoyos disponibles emergen como un factor relevante que contribuye al éxito académico, resaltando la importancia de un entorno favorable para los estudiantes.

Las correlaciones entre la salud física (-0.014) y mental (-0.030) con el promedio de notas fueron prácticamente nulas y no significativas. Esto sugiere que estos factores no tuvieron un impacto estadístico relevante en las calificaciones de los estudiantes.

La relación entre la carga académica y el rendimiento fue débil y no significativa (0.069 , $p = 0.516$), mostrando que no representa un factor determinante.

Los coeficientes prácticamente nulos (0.005 y -0.032 , respectivamente) reflejan una falta de influencia directa sobre el desempeño académico en esta muestra.

Aunque se encontraron relaciones negativas, estas no fueron estadísticamente significativas, sugiriendo que estos aspectos del estrés no afectaron directamente el rendimiento académico en términos de calificaciones (García & Medina, 2024).

No se encontró una relación significativa entre el uso de tecnología y las calificaciones de los estudiantes (0.096 , $p = 0.366$). Esto sugiere que la

tecnología no fue un factor determinante en el rendimiento académico en el contexto analizado.

La investigación identificó que los recursos y apoyos disponibles tienen una relación positiva y significativa con el rendimiento académico. Los coeficientes de Pearson (0.246, $p = 0.019$) y Spearman (0.226, $p = 0.031$) indican que el acceso a recursos y apoyo mejora el desempeño, aunque la relación es moderada.

La investigación se limita a un contexto específico (estudiantes de una institución educativa en Nuevo Chimbote) y se enfoca en variables relacionadas únicamente con el promedio de notas, lo cual puede no reflejar otros aspectos del desempeño estudiantil.

5.2. Sugerencias:

Este estudio ofrece evidencia empírica que contribuye a la comprensión del impacto limitado del estrés post pandemia en el rendimiento académico en este contexto. Además, resalta la importancia de fortalecer los recursos y apoyos escolares para fomentar el éxito académico (Luna, 2024).

Así mismo la presente investigación contribuye al conocimiento sobre el impacto del estrés post pandemia en el ámbito educativo, ofreciendo un marco inicial para investigaciones futuras. Aunque no se encontró una relación significativa, los resultados abren la posibilidad de explorar otros factores o variables que puedan influir en el rendimiento académico de los estudiantes en contextos similares.

Se sugiere explorar otros factores que puedan influir en el rendimiento académico, como habilidades socioemocionales, motivación, y métodos pedagógicos post pandemia. Además, se recomienda ampliar el alcance a otras instituciones y niveles educativos para validar y generalizar los hallazgos.

Referencias bibliográficas

- Acevedo, Á., Buendía, W., & Ortega, A. (2023). El impacto del COVID-19 en la cotidianidad de los jóvenes colombianos: Una mirada a la salud mental en Bucaramanga durante la implementación de la virtualidad académica. *Cuadernos de Geografía: Revista Colombiana de Geografía*, 32(2), 408-422. <https://doi.org/10.15446/rcdg.v32n2.103994>
- Acurio, S., & Santos, R. (2024). *Violencia intrafamiliar y los cambios de conducta en los niños de la unidad educativa Isabel la Católica, Babahoyo-los ríos*. (p. 84). Universidad técnica de Babahoyo.
- Angarita, A. F., González, L. J., Rodríguez Iván Darío, Rueda María José, & Sarmiento Yessica Nathalia. (2022). *Impacto psicológico de la COVID-19 en población adulta colombiana*. Universidad Autónoma de Bucaramanga.
- Angulo, S. (2023). *Influencia de la Soledad en la Ansiedad de Adolescentes de una Institución Educativa Privada en Tarapoto*. Universidad Cesar Vallejo.
- Apaza, R. (2024). *Liderazgo adaptativo y comprensión matemática en estudiantes de 5to de secundaria de una institución educativa de San Juan de Lurigancho—2024*. Universidad Cesar Vallejo.
- Aramburu, A. Y., & Arriaga, Lessandra Camila. (2024). *Inteligencia emocional y engagement académico en estudiantes de psicología de dos universidades del cusco, 2023*. Universidad nacional de san Antonio abad del cusco.

- Ardiles, R. A. (2024). *Relación entre riesgo de suicidio, la inteligencia emocional rasgo, autoestima y el burnout académico en estudiantes de enfermería* [uned]. <https://rgdoi.net/10.13140/rg.2.2.21873.90727>
- Arequipa, N. E. (2023). *Redes sociales y su influencia en el aprendizaje de educación ciudadana en estudiantes de bachillerato*. Universidad Pontificia Católica del Ecuador.
- Aucancela, A., & Santana, P. (2024). *Funcionamiento familiar y rendimiento académico en estudiantes de bachillerato de la unidad educativa jesús martínez de ezquerecocha*. Universidad técnica de babahoyo.
- Avilez, C. M., Apráez, S. X., Herrera, V. N., Guiscasho, D. R., & Gualoto, M. C. (2024). Estrategias innovadoras para fomentar el pensamiento crítico en niños de educación preescolar a través de la ciencia. *Journal of Economic and Social Science Research*, 4(4), 56-72. <https://doi.org/10.55813/gaea/jessr/v4/n4/132>
- Ayala, P. & Cárdenas. Rubén. (2023). *Impacto Psicológico causado por la pandemia por Covid—19 en estudiantes de la Facultad de Odontología de la Universidad de Guayaquil*. Universidad Estatal de Milagro.
- Barrios, L., Charotti, O., & Pasquali, G. (2021). ¿Qué están haciendo en Paraguay durante la Pandemia? Experiencia de OMAPA en la gestión de crisis por COVID 19. 16, 20, 305-319.
- Bayolima, A., & Merchán, S. (2021). *Emociones de las madres de niños en edades iniciales con discapacidad motriz durante la pandemia del covid-19*. Universidad del Azuay.
- Blanco, A. E., Henao, K. G., & Salgar, M. (2024). *Forjadores de resiliencia: estrategias enfoques y recursos de programas psicosociales durante el*

covid-19 en el distrito de Medellín. Tecnológico de Antioquia Institución Universitaria.

Cabezas, L. (2024). *Trabajo de Titulación para optar al título de Ingeniero Industrial*. Universidad nacional de chimborazo.

Cabrera, E. (2020). Actividad física y efectos psicológicos del confinamiento por covid-19. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology.*, 2(1), 209-220.
<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2020.n1.v2.1828>

Cadillo, X. A., & Ochoa, C. M. (2022). *Vínculo amoroso en jóvenes que mantienen una relación a distancia en contexto de pandemia* [Pregrado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC)].
<https://doi.org/10.19083/tesis/667123>

Capote, A. (2023). *La importancia de trabajar la espiritualidad para favorecer el desarrollo psicológico y la salud del alumnado*. Univerdad Pontificia Comillas.

Cardenas, A. I. (2024). *Estilos parentales en las competencias comunicativas de los estudiantes de nivel inicial de una institución educativa, Ilo 2024*. Universidad Cesar Vallejo.

Cárdenas, M., & Pincay, S. (2024). *Rincones de aprendizaje y su influencia en el desarrollo socioemocional de los estudiantes del 3ro «b» de la escuela de educación básica «juan león mera» y «federico González Suárez» del cantón Montalvo en el período lectivo 2024 – 2025* [trabajo de integración curricular previo la obtención del título de licenciada en ciencias de la educación básica]. Universidad técnica de Babahoyo.

- Castro, A. (2024). *El Caso de Moradores de un Albergue Universitario en Chilpancingo, Gro* [Maestro en Ciencias]. Instituto politécnico nacional.
- Castro, B., & Rivas, G. (2006). *Estudio sobre el fenómeno de la deserción y retención escolar en localidades de alto riesgo*. 11, 35-72.
- CEPAL - UNESCO. (2020). *La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19* (pp. 2-18).
- Chávez, G. M., & Chávez, S. J. (2015). *Medios y materiales audiovisuales y el rendimiento académico en el área de C.T.A. de los estudiantes de secundaria de la I.E. Fe y Alegría N° 37—Montenegro, 2014*. Universidad Cesar Vallejo.
- Chavez Mirian. (2024). *La influencia de la crisis sanitaria por COVID 19 en la evasión tributaria en comerciantes del mercado central de ilave, 2023*. Universidad privada san Carlos.
- Chero, G. E. (2024). *Factores motivacionales extrínsecos y el rendimiento académico en matemática en estudiantes del 3° de secundaria de la I.E. Juan Velasco Alvarado del Centro Poblado Rural de Maco, Tarma—2021*. Universidad Ricardo Palma.
- Chuquizuta, E. (2023). *Metadatos Complementarios*. Universidad Ricardo Palma.
- Cuenca, N., Santos, M. L., Chiva, O., & Martínez, L. F. (2021). Impacto de la Pandemia por COVID-19 en Educación Física: Limitaciones Percibidas y Propuestas de Mejora. *Qualitative Research in Education*, 10(3), 260-290. <https://doi.org/10.17583/qre.8376>
- Daza, A. L., & Pacaya, K. A. (2022). *Estrategias de apoyo y vinculación de las familias en el aprendizaje escolar de los estudiantes de los grados 1°*

y 2^o de la institución educativa cándido Leguizamo, municipio de puerto Leguizamo, putumayo. Universidad pontificia bolivariana.

Díaz, C., Mendoza, A., Rodríguez, H., Valdivia, J., Herrera, T., Guzmán, E., Magnami, B., & Valdés, P. (2021). *Relación entre actividad física y calidad de vida en adolescentes durante la pandemia por la COVID-19*. 50(4), 20-36.

Díaz, F., & Toro, A. (2020). SARS-CoV-2/COVID-19: El virus, la enfermedad y la pandemia. *Medicina y Laboratorio*, 24(3), 183-205. <https://doi.org/10.36384/01232576.268>

Duque, L., Noriega, L., & Flórez, V. (2024). *Adaptación y Resiliencia: Estrategias Psicosociales, Educativas y Clínicas para la atención* (p. 67). Institución Universitaria Tecnológico de Antioquia.

Espinoza, A. K., & Rojas, S. E. (2024). *Nomofobia y agresividad en alumnos de secundaria de una institución educativa pública de Ventanilla, 2023*. Universidad Cesar Vallejo.

Evaristo, H., & Zuñiga, L. (2024). *Desarrollo del lenguaje oral de los niños de cinco años de la I.E.I “José de San Martín”—Centro Poblado de San Juan de Yanacocha Yanahuanca- Pasco*. Universidad nacional Daniel Alcides Carrión.

Fernandes, S. M. (2024). *Salud mental y bienestar psicológico de los universitarios portugueses en tiempos de la pandemia de Covid-19* [Universidad de Salamanca]. <https://doi.org/10.14201/gredos.160358>

Fuentes, P. A., Salgado, J. R., Santana, C., Meza, G., & Pérez, J. (2024). *Estrategias didácticas para la comunicación entre padres e hijos en el ámbito educativo: Didactic strategies for parent-child communication in*

the educational environment. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 5(4).
<https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2412>

Galindo, S. (2024). *Estar-juntos: reconociendo saberes y sentires en familia a través de manifestaciones creativas en la cotidianidad*. Universidad pedagógica nacional.

García, C., & Medina, N. (2024). *Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de octavo año e.g.b. de la unidad educativa particular Padre Marcos Bonetazo en el cantón Babahoyo - provincia de los ríos* [licenciado en psicología]. Universidad técnica de Babahoyo.

Giniger, N. (2020). *Teletrabajo. Modalidad de trabajo en pandemia*. 4(1), 24-39.

Gomez, N. (2024). *Línea de investigación*: (p. 84). Universidad Cesar Vallejo.

Gonzalez, J. G. (2021). *Dinámicas y salud mental familiar en tiempos de pandemia*. Corporación universitaria minuto de dios UNIMINUTO – sede bello.

Grados, J., Canales, C., Cuzcano, A., Mendoza, F., Leva, A., & Meza, J. (2023). *Capacidades de los sistemas educativos latinoamericanos para la aplicación de las herramientas digitales como el aula invertida* (Primera). Editorial Mar Caribe de Josefrank Pernalete Lugo.
<https://osf.io/q5zbx>

Grasso, P. (2020). Unified definition for the higher level. *Revista de Educación*, XI(20), 87-102.

- Guevara, M., & Marruffo, M. (2021). *La Promoción de la Salud en el contexto de la Pandemia de COVID 19*. 30(105), 66-86.
<https://doi.org/10.5281/ZENODO.4965996>
- Gutiérrez, A., Ortiz Adriana, & Corpas Azucena. (2020). *Análisis del estrés laboral en una muestra de abogados que ejercen en el campo del derecho penal en Bogotá, como un aporte para generar propuestas de mitigación y afrontamiento*. Universidad ECCL.
- Hernández, J. (2020). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. 3, 24(2020), 578-594.
- Hernández Oliveira. (2022). *Clima de aula en el desarrollo de contenidos de educación sexual en la asignatura de biología en secundaria*. Universidad Autónoma de Aguascalientes.
- Holguín, A. (2024). *Evaluación educativa: Desafíos y oportunidades pedagógicas en la era postpandemia de la Institución Educativa Luis Eduardo Arias Reinel, Barbosa, Antioquia 2024* [Magister en Educación, Universidad Nacional de La Plata].
<https://doi.org/10.35537/10915/170878>
- Huaman, J. B. (2024). *Herramientas de refuerzo del aprendizaje en el rendimiento académico de los estudiantes I.E. Luis Fabio Xammar Jurado – Huaura—2020*. Universidad nacional de educación.
- Inga, H. (2023). *“Resiliencia e inteligencia emocional en los estudiantes foráneos de la Escuela Técnica Superior de la PNP - Huancayo 2023”*. Universidad de Huánuco.

- Juanes, A. (2024). *Intervención Socioeducativa para la Salud Mental: Mejorar la Calidad de Vida de las Personas que sufren Esquizofrenia a través del Medio Acuático*. Universidad de Oviedo.
- Jurado, J. S., Lucio, K., & Perlaza Daniel Felipe. (2022). *Impacto del COVID 19 en profesionales de enfermería: revisión integrativa* [Trabajo de grado para optar por el título de Enfermero]. Fundación universitaria del areandina.
- Leyva, N. (2024). *Prevalencia de COVID-19 y sus características clínicas en pacientes atendidos en la Microred el Muyo-Bagua, abril 2021 marzo 2022*. Universidad nacional Pedro Ruiz Gallo.
- Lizano, Y. (2023). *Nivel sociocultural y automedicación en usuarios de las oficinas farmacéuticas del distrito San Juan de Lurigancho, 2023*. Universidad Cesar Vallejo.
- LLauce, H. N. (2024). *Inteligencia emocional y rendimiento académico del área de matemática en estudiantes del cuarto grado de la I.E. "Abilia Ocampo", Rioja-2023*. Universidad Nacional de San Martín.
- Loor, A., & Bonifaz, P. (2023). Influencia de la gestión administrativa y resultados de aprendizaje del tercero BGU en la UEF "TARQUI" durante el periodo 2019-2020. *Compendium: Cuadernos de Economía y Administración*, 10(3), 209. <https://doi.org/10.46677/compendium.v10i3.1218>
- López, I., Padrós, F., & González, F. (2024). Construcción de la escala de daño familiar por uso de sustancias (EDFUS). *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 24(2), 68-85. <https://doi.org/10.21134/932>

- Luna, K. (2024). *Estrés y rendimiento académico en estudiantes de nivel secundario de un colegio privado de Lima, 2023*. Universidad Tecnológica del Perú.
- Martínez, L. F. (2022). *El aula escolar como espacio para la construcción de convivencia pacífica*. Universidad de Manizales.
- Martínez, M. (2020). *Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y sentido de coherencia en estudiantes de enfermería: Su asociación con salud psicológica y estabilidad emocional*. Universidad De León.
- Maza, K. A., & Roca, N. L. (2024). *Habilidades sociales y rendimiento académico de los estudiantes de tercero de bachillerato del colegio galo Plaza Lasso, cantón Echeandía, provincia de bolívar*. universidad técnica de Babahoyo.
- Mendoza, R. D., Bellodas, M. D., Ortiz, C. A., Puelles, L., Asnate, E. J., & Zambrano, J. I. (2023). *Desafíos interdisciplinarios para los docentes de aprendizaje virtual (Primera)*. Mar Caribe. <https://osf.io/jqku6>
- Moneo, J. (2024). *Competencias emocionales y rendimiento académico en educación secundaria: evaluación del efecto de una innovación curricular en un centro educativo*. Universidad De Salamanca.
- Moreno, A. V. (2024). *Desigualdades laborales en el marco de la pandemia Covid-19 en América Latina “Una investigación de corte documental”*. Universidad Externado de Colombia.
- Murillo, F. (2024). *Estudio sobre la forma en que se promueve la salud mental por medio de las estrategias de enseñanza y aprendizaje, que se implementan en las clases de educación física de los estudiantes de*

undécimo, en el liceo San Carlos, de septiembre 2023 a marzo 2024.

Universidad San Marcos.

Navarro, M., Granda, Amelia, Rodríguez Ángel, & Falla Nuria. (2024).

Innovación Social e Investigación Pedagógica para la Mejora de la Calidad Educativa (1st ed). Dykinson.

Nomberto, L. P. (2024). *Estudio de caso del acompañamiento familiar en*

estudiantes con dificultades de aprendizaje en una escuela pública de Lima, 2024. Universidad Cesar Vallejo.

Nontien, S. S. & Sabogal Yineth Johana. (2023). *Como implementar un*

programa que promueva el bienestar psicosocial en postpandemia en estudiantes de posgrado de la especialización en la lúdica de la fundación universitaria los libertadores. Fundación universitaria los libertadores.

Núñez, C. (2024). *Factores asociados a las dificultades del egreso efectivo en*

el nivel secundario. Un estudio de caso en el Colegio Padre Valentín Bonetti (Godoy Cruz, Mendoza). Pontificia Universidad Católica Argentina.

Ojeda, M., Arriaga, Z., & Becerra, M. (2024). *Retos y oportunidades para la*

inteligencia artificial en la educación. III (12), 672.

Pájaro, N. del C. (2024). *Los juegos tradicionales como estrategia pedagógica*

para fortalecer las competencias socioemocionales. Facultad de Ciencias Sociales y Humanas.

Pérez, J. P. (2020). *La comunicación audiovisual durante la crisis sanitaria del*

coronavirus COVID-19. Eumed.net.

- Pfocco, S., & Pinto, C. (2021). *Motivación y rendimiento académico en el área de matemática en estudiantes de primer grado de educación secundaria de la institución educativa mixta Fortunato I. Herrera-cusco-2020*. Universidad nacional de San Antonio Abad del Cusco.
- Pincirolí, M. V. (2024). *Análisis cualitativo de trayectorias educativas reales en estudiantes de la carrera de Psicopedagogía*. Pontificia Universidad Católica Argentina.
- Pinillo, J. A. (2024). *Factores protectores y conductas de riesgo: Un análisis de las implicaciones en el rendimiento académico de adolescentes en Quibdó en 2024* [Magister en Educación, Universidad Nacional de La Plata]. <https://doi.org/10.35537/10915/170882>
- Pulgarín, J., Serna, D., Valencia, M., & Bedoya, D. M. G. (2023). *Tecnológico de antioquia institución universitaria facultad de educación y ciencias sociales programa de trabajo social lineamientos informe final trabajo de grado ii*. 10-28.
- Puma, L. M. (2024). *Apoyo social y autoestima en estudiantes adolescentes de un colegio público de Lima Metropolitana* [Tesis para optar al Título Profesional de Licenciada en Psicología]. Universidad Antonio Ruiz de Montoya.
- Quimi, P., & Quirumbay, Z. (2024). *Centro de apoyo pedagógico para control de tareas en los estudiantes de séptimo grado de la escuela de educación básica " José Martínez cobo " , provincia de santa elena, año lectivo 2024-2025*. Universidad estatal península de santa elena.
- Rodríguez, L. (2022). *Un peldaño hacia el éxito escolar en tiempos de crisis*. Universidad de La Sabana.

- Rodriguez, M. (2024). *Inteligencia emocional en el desempeño escolar pospandemia en los niños de una Institución educativa inicial pública del Cusco-2023*. Universidad Cesar Vallejo.
- Romo, G., Gómez, V. G., Rubio, C. C., & Nivel, M. A. (2023). *Herramientas digitales en el proceso enseñanza-aprendizaje mediante revisión bibliográfica* *Digital tools in the teaching-learning process through bibliographic review*. 8(10), 313-345.
<https://doi.org/10.23857/pc.v8i10.6127>
- Roque, Y. (2024). *Uso de las tic como herramienta de aprendizaje durante la educación a distancia ante el periodo de pandemia del covid-19, en las alumnas y los alumnos del colegio de bachilleres plantel Genaro Codina, Zacatecas, generación 2020-2023*. (p. 127). Universidad autónoma de zacatecas.
- Ruiz, M. (2024). *Inteligencia emocional en estudiantes universitarios latinoamericanos durante el contexto COVID– 19* (p. 151). Universidad Peruana Cayetano Heredia.
- Sánchez, É., Bejarano, C. A., Durango, E. L., González, M. L., Góngora Herrera, N., Macea, J. P., Mora, C. A., Neusa, M. C., Cruz, N., Pérez, L. R., Ricardo, J. F., Suárez, J. A., Angarita, Y. A., Concha, Y. A., Galeano, L. Y., Herrera, M. A., Lizarazo, G. E., Mebarak, K. M., Mora, M. C., ... Ruiz, C. J. (2022). *Realidades, retos y perspectivas de los estudiantes de educación básica y media en el contexto de aprendizaje remoto de emergencia (ARDE) en Colombia* (1.^a ed., 1-110). Corporación Universitaria Minuto de Dios - UNIMINUTO.
<https://doi.org/10.26620/uniminuto/978-958-763-600-0>

- Schlicht, A., & Fernández, L. (2023). *Estrategias geopolíticas detrás de la distribución de la vacuna del covid-19 y efectos sobre la economía global* (p. 58). Universidad Pontificia Comillas.
- Serveleon, F. (2022). *Funcionamiento familiar, aprendizaje digital y estrés académico en estudiantes del V ciclo de San Juan de Lurigancho, 2021*. Universidad Cesar Vallejo.
- Soriano, R. (2022). *Enfoque sociológico sobre la pandemia de Covid-19. Enigmas y desafíos a la ciencia*. Plaza y Valdés.
- Tarrillo, W., & Ramirez, K. (2024). *Ramírez Olivera Kelvin Dixon*. Universidad Señor de Sipán.
- Torres, J. (2021). *Construcción cultural del cuerpo deportivo de mujeres que practican la gimnasia rítmica en Chile*. Universidad de Chile.
- Vaca Iliana & Valenzuela María Elena. (2022). *Digitalización de las mujeres en América Latina y el Caribe: Acción urgente para una recuperación transformadora y con igualdad*. 20-65.
- Valenzuela, J. J. (2024). "estrés al reincorporar a los niños a la nueva normalidad post covid-19". Universidad de San Carlos de Guatemala.
- Vallejo, P. (2022). Relationship between Child Abuse and Delinquent Behavior in Male Adolescents Deprived of Liberty. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(24), 16666. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416666>
- Vásquez, G., Urtecho, Ó., Díaz, M., Paguada, R., Varela, M., Landa, M., & Echenique, Y. (2020). Salud mental, confinamiento y preocupación por el coronavirus: un estudio cualitativo. *Revista Interamericana de Psicología*, 2.

- Velasco, I. (2024). *Aplicación de las TICs a la toma de decisiones grupales* [Universidad de Valladolid]. <https://doi.org/10.35376/10324/71569>
- Zaragoza, F., Lucho, G. G., & Barrales, Hebert. (2020). *Panorama de la situación actual con respecto al coronavirus*. 58(2), 152-163.
- Zetino, A. M., & Ixchop, B. Z. (2023). *Estrategias de afrontamiento utilizadas por las maestras de educación primaria del colegio edúcate y preprimaria del colegio en pañalitos para contrarrestar las secuelas psicológicas del COVID 19* [informe final de investigación presentado al honorable consejo directivo de la escuela de ciencias psicológicas]. Universidad de san Carlos de Guatemala.

Anexo 1. Instrumento

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL SANTA

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

PROYECTO: Niveles de estrés post pandemia vinculados con el rendimiento académico, estudiantes de 4° de secundaria, I.E Experimental, Nuevo Chimbote - 2023

Escala de medición para identificar niveles de estrés post pandemia

I. DATOS INFORMATIVOS

1.1.	Institución educativa	
1.2.	Grado de estudios	
1.3.	Género	
1.4.	Edad	

II. DATOS ESPECÍFICOS

N°	Ítems según dimensiones de la variable estrés postpandemia	Respuestas		
		Siempre	A veces	Nunca
Salud Física:				
1	Presentas problemas de salud física			
2	Sostienes hábitos alimenticios saludables			
3	Practicas actividades físicas			
Salud Mental:				
4	Presentas síntomas de ansiedad			
5	Presentas síntomas de depresión			
6	Empleas estrategias para afrontar problemas emocionales			
7	Autoevalúas tu bienestar emocional			
Carga Académica:				
8	Planificas tus horas de estudio			
9	El número de exámenes y tareas que te asignan te parecen adecuados			
10	Percibes con dificultad tus tareas escolares			
Relaciones Sociales:				
11	La relación con tus compañeros es adecuada			
12	Te relacionas de forma cálida con tus familiares			
13	Te gusta participar de forma activa en actividades sociales			
Tecnología:				
14	El tiempo que le dedicas a los dispositivos electrónicos es el correcto			

15	Haces uso de la tecnología para tu aprendizaje			
16	Tienes sentimientos de dependencia tecnológica			
Apoyo Familiar:				
17	Percibes apoyo directo de parte de tu familia			
18	Tienes buena comunicación con tu familia			
19	Tu familia ayuda a regular tus niveles de estrés			
Cambios en la Rutina:				
20	Te cuesta sufrir alteraciones en tu rutina diaria			
21	Qué tan bien te adaptas a los cambios			
22	Te afectan los cambios en tu vida cotidiana			
Incertidumbre:				
23	Sientes preocupación sobre el futuro			
24	Sientes inseguridad			
25	Tienes Expectativas personales a largo plazo			
Recursos y Apoyo:				
26	Cuentas con acceso a recursos de apoyo escolar			
27	Utilizas servicios de apoyo psicológico			
28	Percibes apoyo de tu institución educativa			

Anexo 2. Validación por juicio de experto 1

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Escala de medición

OBJETIVO: Analizar los niveles de estrés post pandemia relacionados al rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de Secundaria en la institución educativa. experimental de nuevo Chimbote en el año 2023.

DIRIGIDO A: Estudiantes de 4° de secundaria de la I.E. Experimental, Nuevo Chimbote.

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR: SAMUEL HONORIO MARTÍNEZ HUAMÁN

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR: DOC. EN EDUCACIÓN

VALORACIÓN:

Muy Alto	Alto	Medio	Bajo	Muy Bajo
	X			


FIRMA DEL EVALUADOR

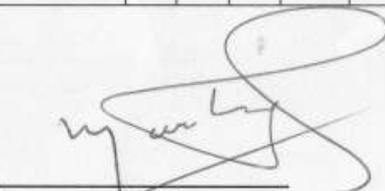
3277058

MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DEL INFORME DE TESIS: Niveles de estrés post pandemia vinculados con el rendimiento académico, estudiantes de 4° de secundaria, I.E Experimental, Nuevo Chimbote - 2024

VARIABLES	DIMENSIÓN	ITEMS	RESPUESTA			CRITERIOS DE RELACIÓN								OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES
			Siempre	A veces	Nunca	Variable y dimensión		Dimensión e indicador		Indicador E ítems		Ítems y respuesta		
						SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Variable 1: Niveles de estrés post pandemia.	Salud Física	Presentas problemas de salud física				X		X		X		X		
		Sostienes hábitos alimenticios saludables				X		X		X		X		
		Practicas actividades físicas				X		X		X		X		
	Salud mental	Presentas síntomas de ansiedad				X		X		X		X		
		Presentas síntomas de depresión				X		X		X		X		
		Empleas estrategias para afrontar problemas emocionales				X		X		X		X		
		Autoevalúas tu bienestar emocional				X		X		X		X		
	Carga académica	Planificas tus horas de estudio				X		X		X		X		
		El número de exámenes y tareas que te asignan te parecen adecuados				X		X		X		X		
		Percibes con dificultad tus tareas escolares				X		X		X		X		
	Relaciones sociales	La relación con tus compañeros es adecuada				X		X		X		X		
		Te relacionas de forma cálida con tus familiares				X		X		X		X		
		Te gusta participar de forma activa en actividades sociales				X		X		X		X		

Variable 2: Rendimiento académico.	Tecnología	El tiempo que le dedicas a los dispositivos electrónicos es el correcto				X		X		X		X	
		Haces uso de la tecnología para tu aprendizaje				X		X		X		X	
		Tienes sentimientos de dependencia tecnológica				X		X		X		X	
	Apoyo familiar	Percibes apoyo directo de parte de tu familia				X		X		X		X	
		Tienes buena comunicación con tu familia				X		X		X		X	
		Tu familia ayuda a regular tus niveles de estrés				X		X		X		X	
	Cambios en la rutina	Te cuesta sufrir alteraciones en tu rutina diaria				X		X		X		X	
		Qué tan bien te adaptas a los cambios				X		X		X		X	
		Te afectan los cambios en tu vida cotidiana				X		X		X		X	
	Incertidumbre	Sientes preocupación sobre el futuro				X		X		X		X	
		Sientes inseguridad				X		X		X		X	
		Tienes Expectativas personales a largo plazo				X		X		X		X	
	Recursos y apoyo	Cuentas con acceso a recursos de apoyo escolar				X		X		X		X	
		Utilizas servicios de apoyo psicológico				X		X		X		X	
		Percibes apoyo de tu institución educativa				X		X		X		X	


FIRMA DEL EVALUADOR

3277 0858

Anexo 3. Validación por juicio de experto 2

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Escala de medición

OBJETIVO: Analizar los niveles de estrés post pandemia relacionados al rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de Secundaria en la institución educativa. experimental de nuevo Chimbote en el año 2023.

DIRIGIDO A: Estudiantes de 4° de secundaria de la I.E. Experimental, Nuevo Chimbote.

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR: ARAUJO TENORIO, WALTER RICARDO

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR: Mg. GESTIÓN PÚBLICA

VALORACIÓN:

Muy Alto	Alto	Medio	Bajo	Muy Bajo
	X			


FIRMA DEL EVALUADOR

MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DEL INFORME DE TESIS: Niveles de estrés post pandemia vinculados con el rendimiento académico, estudiantes de 4° de secundaria, I.E Experimental, Nuevo Chimbote - 2024

VARIABLES	DIMENSIÓN	ITEMS	RESPUESTA			CRITERIOS DE RELACIÓN								OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES
			Siempre	A veces	Nunca	Variable y dimensión		Dimensión e indicador		Indicador E ítems		Ítems y respuesta		
						SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Variable 1: Niveles de estrés post pandemia.	Salud Física	Presentas problemas de salud física				X		X		X		X		
		Sostienes hábitos alimenticios saludables				X		X		X		X		
		Practicas actividades físicas				X		X		X		X		
	Salud mental	Presentas síntomas de ansiedad				X		X		X		X		
		Presentas síntomas de depresión				X		X		X		X		
		Empleas estrategias para afrontar problemas emocionales				X		X		X		X		
		Autoevalúas tu bienestar emocional				X		X		X		X		
	Carga académica	Planificas tus horas de estudio				X		X		X		X		
		El número de exámenes y tareas que te asignan te parecen adecuados				X		X		X		X		
		Percibes con dificultad tus tareas escolares				X		X		X		X		
	Relaciones sociales	La relación con tus compañeros es adecuada				X		X		X		X		
		Te relacionas de forma cálida con tus familiares				X		X		X		X		
		Te gusta participar de forma activa en actividades sociales				X		X		X		X		

Variable 2: Rendimiento académico.	Tecnología	El tiempo que le dedicas a los dispositivos electrónicos es el correcto			X		X		X		X	
		Haces uso de la tecnología para tu aprendizaje			X		X		X		X	
		Tienes sentimientos de dependencia tecnológica			X		X		X		X	
	Apoyo familiar	Percibes apoyo directo de parte de tu familia			X		X		X		X	
		Tienes buena comunicación con tu familia			X		X		X		X	
		Tu familia ayuda a regular tus niveles de estrés			X		X		X		X	
	Cambios en la rutina	Te cuesta sufrir alteraciones en tu rutina diaria			X		X		X		X	
		Qué tan bien te adaptas a los cambios			X		X		X		X	
		Te afectan los cambios en tu vida cotidiana			X		X		X		X	
	Incertidumbre	Sientes preocupación sobre el futuro			X		X		X		X	
		Sientes inseguridad			X		X		X		X	
		Tienes Expectativas personales a largo plazo			X		X		X		X	
	Recursos y apoyo	Cuentas con acceso a recursos de apoyo escolar			X		X		X		X	
		Utilizas servicios de apoyo psicológico			X		X		X		X	
		Percibes apoyo de tu institución educativa			X		X		X		X	


 FIRMA DEL EVALUADOR

Anexo 4. Validación por juicio de experto 3

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Escala de medición

OBJETIVO: Analizar los niveles de estrés post pandemia relacionados al rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de Secundaria en la institución educativa. experimental de nuevo Chimbote en el año 2023.

DIRIGIDO A: Estudiantes de 4° de secundaria de la I.E. Experimental, Nuevo Chimbote.

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR: OMAR BELLIDO VALDIVIEZO

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR: DOC. EN EDUCACIÓN

VALORACIÓN:

Muy Alto	Alto	Medio	Bajo	Muy Bajo
	X			

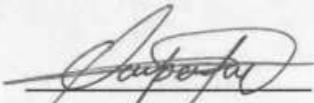

FIRMA DEL EVALUADOR
DNI: 32797008

MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DEL INFORME DE TESIS: Niveles de estrés post pandemia vinculados con el rendimiento académico, estudiantes de 4° de secundaria, I.E Experimental, Nuevo Chimbote - 2024

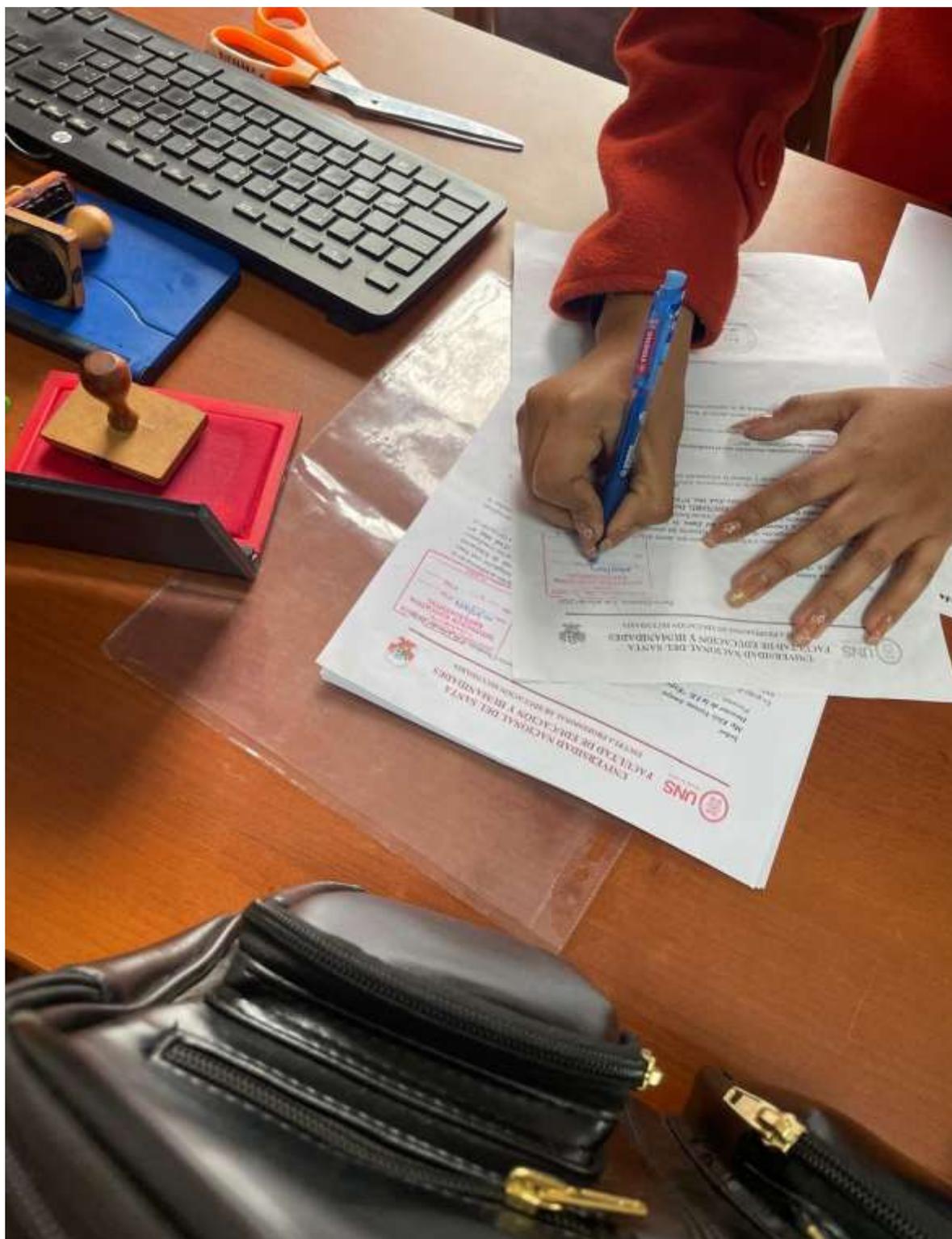
VARIABLES	DIMENSIÓN	ITEMS	RESPUESTA			CRITERIOS DE RELACIÓN								OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES
			Siempre	A veces	Nunca	Variable y dimensión		Dimensión e indicador		Indicador E ítems		Ítems y respuesta		
						SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Variable 1: Niveles de estrés post pandemia.	Salud Física	Presentas problemas de salud física				X		X		X		X		
		Sostienes hábitos alimenticios saludables				X		X		X		X		
		Practicas actividades físicas				X		X		X		X		
	Salud mental	Presentas síntomas de ansiedad				X		X		X		X		
		Presentas síntomas de depresión				X		X		X		X		
		Empleas estrategias para afrontar problemas emocionales				X		X		X		X		
		Autoevalúas tu bienestar emocional				X		X		X		X		
	Carga académica	Planificas tus horas de estudio				X		X		X		X		
		El número de exámenes y tareas que te asignan te parecen adecuados				X		X		X		X		
		Percibes con dificultad tus tareas escolares				X		X		X		X		
	Relaciones sociales	La relación con tus compañeros es adecuada				X		X		X		X		
		Te relacionas de forma cálida con tus familiares				X		X		X		X		
		Te gusta participar de forma activa en actividades sociales				X		X		X		X		

Variable 2: Rendimiento académico.	Tecnología	El tiempo que le dedicas a los dispositivos electrónicos es el correcto				X		X		X		X	
		Haces uso de la tecnología para tu aprendizaje				X		X		X		X	
		Tienes sentimientos de dependencia tecnológica				X		X		X		X	
	Apoyo familiar	Percibes apoyo directo de parte de tu familia				X		X		X		X	
		Tienes buena comunicación con tu familia				X		X		X		X	
		Tu familia ayuda a regular tus niveles de estrés				X		X		X		X	
	Cambios en la rutina	Te cuesta sufrir alteraciones en tu rutina diaria				X		X		X		X	
		Qué tan bien te adaptas a los cambios				X		X		X		X	
		Te afectan los cambios en tu vida cotidiana				X		X		X		X	
	Incertidumbre	Sientes preocupación sobre el futuro				X		X		X		X	
		Sientes inseguridad				X		X		X		X	
		Tienes Expectativas personales a largo plazo				X		X		X		X	
	Recursos y apoyo	Cuentas con acceso a recursos de apoyo escolar				X		X		X		X	
		Utilizas servicios de apoyo psicológico				X		X		X		X	
		Percibes apoyo de tu institución educativa				X		X		X		X	


 FIRMA DEL EVALUADOR
 DNI: 3279208

Anexo 5. Firma de solicitud de aplicación del instrumento.

El jueves 5 de septiembre del 2024, aceptaron nuestra solicitud para aplicar el instrumento en estudiantes de 4° secundaria, y lo programaron para el viernes 6 de septiembre, estimando de esta forma la próxima aplicación.



Anexo 6. Aplicación del instrumento.

El día 06 de septiembre del 2024 se aplicó el instrumento a las tres aulas de 4° secundaria, (A, B, C.). Se estipuló para la evaluación del instrumento 15 minutos de la hora de tutoría de cada sección.



Anexo 7. Explicando la resolución del instrumento.

Antes que los estudiantes resuelvan el instrumento, se les indicó cuales eran las valoraciones, se explicó la intención de nuestra tesis y se les explicó sobre las inquietudes que se desprendían en algunas interrogantes.



Anexo 8. Estudiantes resolviendo el instrumento.

Los estudiantes de 4° secundaria resolviendo de forma satisfactoria el instrumento brindado.

