

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



**Estrés cotidiano en niños de una institución educativa de
Huaraz 2017**

Tesis para obtener el título de licenciatura en psicología

Autor:

Moreno Villacorta, Katherine Rosa

Asesor:

Martin Castro Santisteban

Huaraz – Perú

2017

1. PALABRA CLAVE

Estrés cotidiano Infantil

KEYWORD

Childhood Stress

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud pública

2. TITULO

Estrés cotidiano en niños de una institución educativa de Huaraz 2017

3. RESUMEN

El presente trabajo de investigación sobre estrés cotidiano infantil tiene como objetivo determinar el nivel de estrés cotidiano en niños de una institución educativa de Huaraz 2017. Fue un tipo de investigación básica y descriptiva de diseño no experimental y transversal; para el recojo de la información se utilizó el “Inventario de Estrés Cotidiano Infantil” I.E.C.I. de Trianes, Blanca, Fernandez-Baena adaptado, Escobar y Maldonado, estandarizada en el Perú por Medina (2012); el cual fue administrado en una muestra de 162 niños. Los resultados obtenidos fueron que el 66.6% de los estudiantes no presente algún tipo de problema de estrés significativo y el 11.1% presenta estrés grave. También se presenta datos de acuerdo a las dimensiones relacionados a salud, ámbito familiar y escolar.

Palabras claves: estrés cotidiano, niños, centro educativo.

4. ABSTRACT

The objective of this research work on children's daily stress is to determine the level of daily stress in children of an educational institute in of Huaraz 2017. It was a type of basic and descriptive research of non-experimental and transversal design; for the collection of the information, the "Infant Stress Inventory" I.E.C.I. of Trianes, Blanca, Fernandez-Baenaadaptado, Escobar and Maldonado, standardized in Peru by Medina (2012); which was administered in a sample of 162 children. The results obtained were that 66. 6% of the students did not present any type of significant stress problem and 11.1% presented severe stress. Data is also presented according to the dimensions related to health, family and school environment.

Keywords: daily stress, children, educational center.

ÍNDICE DE CONTENIDO

	Pág.
Palabra clave.....	ii
Título.....	iii
Resumen.....	iv
Abstract.....	v
Índice de contenido.....	vi - vii
Índice de tablas.....	viii
5. INTRODUCCIÓN.....	Pág. 09 - 34
5.1 Antecedentes y fundamentación científica.....	Pág. 09 - 31
5.1.1. Antecedentes.....	Pág. 09 - 12
5.1.2. Fundamentación científica.....	Pág. 12 - 31
5.1.2.1. Estrés cotidiano infantil.....	Pág. 12 - 13
5.1.2.2. Evolución histórica el termino estrés....	Pág. 13 - 16
5.1.2.3. Modelo teórico que sustenta el estudio..	Pág. 16 – 22
5.1.2.3.1. La perspectiva del Selye.....	Pág. 17 - 18
5.1.2.3.2. La perspectiva de Lazarus.....	Pág. 18 – 19
5.1.2.3.3. Modelo transaccional del estrés...	Pág. 19 – 21
5.1.2.3.4. El estrés como modelo procesual.	Pág. 21 – 22
5.1.2.4. Estrés cotidiano.....	Pág. 23 – 25
5.1.2.5. Dimensiones.....	Pág. 25 - 29
5.1.2.5.1. En la escuela.....	Pág. 26 - 28
5.1.2.5.2. Familia.....	Pág. 28 - 29
5.1.2.5.3. Salud.....	Pág. 29
5.1.2.6. Impacto del estrés en niños.....	Pág. 29 – 30
5.1.2.7. Estrés e inadaptación socioemocional...	Pág. 30 – 31
5.2 Justificación de la investigación.....	Pág. 31 – 32
5.3 Problema.....	Pág. 32
5.4 Conceptuación y operacionalización de las variables.	Pág. 32 – 33
5.4.1. Definición conceptual: Estrés cotidiano.....	Pág. 32
5.4.2. Definición operacional.....	Pág. 33

5.5 Objetivos.....	Pág. 34
5.5.1. Objetivo general.....	
5.5.2. Objetivo específicos.....	
6. METODOLOGÍA.....	Pág. 34 - 38
6.1. Tipo y diseño de investigación.....	Pág. 34 - 35
6.2. Población y muestra.....	Pág. 35
6.3. Técnica e instrumento de investigación.....	Pág. 36 - 37
6.3.1. Técnica.....	Pág. 36
6.3.2. Instrumento.....	Pág. 36 - 37
6.4. Procedimiento.....	Pág. 37 - 38
6.4.1. Consentimientos.....	Pág. 37
6.4.2. Protección de los derechos humanos.....	Pág. 37 - 38
6.5. Procesamiento y análisis de información.....	Pág. 38
7. RESULTADOS.....	Pág. 39 - 41
8. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN.....	Pág. 41 - 44
9. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	Pág. 45 - 46
9.1. Conclusiones.....	Pág. 45 - 46
9.2. Recomendaciones.....	Pág. 46
10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	Pág. 47 - 49

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Clasificación de estresores según periodo evolutivo.....	Pág. 25
Tabla 2. Matriz de Operacionalización de variables.....	Pág. 33
Tabla 3. Nivel de estrés cotidiano general en niños de un Centro Educativo de la ciudad de Huaraz – Ancash – 2017	Pág. 39
Tabla 4. Nivel de estrés en la dimensión relacionado a problemas de salud en niños de un Centro Educativo de la ciudad de Huaraz – Ancash – 2017 .	Pág. 40
Tabla 5 Nivel de estrés en la dimensión del ámbito familiar en niños de un Centro Educativo de la ciudad de Huaraz – Ancash – 2017.....	Pág. 40
Tabla 6. Nivel de estrés en la dimensión de albitio escolar en niños de un Centro Educativo de la ciudad de Huaraz – Ancash – 2017.....	Pág. 41

5. INTRODUCCIÓN

5.1. Antecedentes y fundamentación científica

5.1.1. Antecedentes

En un estudio de Pérez (2016) titulado “Factores de estrés cotidiano entre alumnos de quinto primaria y alumnos de sexto primaria que egresan de la escuela Kemna’OJ.”. Es una investigación de tipo correlacional, para dicha investigación la muestra que se utilizó estuvo compuesta por 28 alumnos (14 niños, 14 niñas), quienes fueron seleccionados a través de muestreo aleatorio, comprendidos entre las edades de 10 - 12 años, 14 estudiantes cursantes de quinto primaria y 14 estudiantes cursantes de sexto primaria, quienes asistían a la escuela Kemna’oj ubicada en la aldea de Santa María De Jesús en Sacatepéquez, la población era eminentemente indígena. Se utilizó a prueba psicométrica IECI (inventario de estrés cotidiano infantil). Siendo los resultados: se muestra que los resultados obtenidos en quinto y sexto de primaria, en el ámbito escolar el generador de estrés en los alumnos de Quinto de primaria en el ámbito educativo es de un 56.5%, mientras que en el ámbito de salud y familiar no provocan estrés. Por su parte en sexto de primaria el principal generador de estrés es el ámbito familia con un 57.7%, mientras que el ámbito de la salud y el ámbito escolar no causan mayores preocupaciones. A la vez en quinto de primaria se presentan los resultados de los diferentes factores desencadenantes de estrés cotidiano, las barras muestran como el ámbito escolar con un promedio de 56.50 es el principal factor causante de estrés, el factor de la salud siendo el segundo con 50 y finalmente el ámbito familiar con un 47.21 es el factor que genera menos estrés en los alumnos. Del mismo modo se presentan los

resultados obtenidos de sexto primaria a través de los cuales se pudo determinar que el ámbito familiar es el principal factor desencadenante del estrés con un promedio de 57.71, seguido por el ámbito escolar con 54.86 y finalmente el ámbito de la salud con 53, siendo el factor que genera menor estrés. En la escala global del estrés se presenta un promedio de 56.50. Lo cual refleja un nivel más elevado en comparación con los alumnos de quinto primaria, así como también variando en los factores desencadenantes.

En un estudio de Terreros, Torres, Vinueza (2015) titulado “Nivel de estrés en los niños de la escuela Daniel Hermida, Cuenca 2014”. Es una investigación de tipo descriptivo. El universo lo constituyeron 215 niños de la escuela Daniel Hermida, de los cuales se trabajó con una muestra de 135, cuyos representantes legales firmaron el consentimiento informado. Se utilizó como técnica la aplicación de la Escala de Estrés Percibido. Los datos fueron procesados y analizados mediante Microsoft office Word, Excel y SPSS versión 15, los resultados son presentados en tablas simples con sus respectivo análisis. Se concluyó que a) El 50% de niños presenta estrés leve y el 14% estrés moderado, se concluye que al existir mayor estrés en los niños que viven con los tíos y abuelos, es obvio deducir que la ausencia de los padres puede ser un factor desencadenante de estrés, esta situación se puede dar como es conocimiento en nuestra sociedad por la migración de los padres o por hogares disfuncionales. b) El estrés es un factor inevitable que lo pueden experimentar personas de todas las edades, en el estudio de investigación que hemos realizado la presencia de estrés infantil es más

frecuente en los niños de 8 a 10 años de edad, esto relacionamos a que en esta edad los niños pueden distinguir los problemas en los que se encuentra su entorno social, y dificultades en las que viven y desempeñan. c) Se ha encontrado un mayor nivel de estrés en el sexo masculino, esto es por lo que la gran mayoría de niños que asisten a la escuela son hombres siendo un factor determinante de la población en estudio y la muestra.

En un estudio de Quiñonez (2014) titulado “Estrés infantil y su influencia en el rendimiento académico de niños en edad preescolar del Centro Educativo Particular Parroquial Nuestra Señora Del Sagrado Corazón De Jesús. Huaraz, 2014”. El estudio es de enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo-correlacional, prospectivo de corte transversal, bajo los lineamientos del diseño no experimental. Se aplicara un instrumento diseñado con el fin de medir el nivel de estrés infantil, consta de 45 ítems. Donde se concluyó lo siguiente: la presencia de estrés infantil en niños en edad preescolar, si se relaciona de manera significativa con el bajo rendimiento académico, de manera que cuando más estresado este el niño, menor será su rendimiento académico.; las manifestaciones psíquicas del estrés infantil, si se relaciona significativamente con el bajo rendimiento académico, se observa que los niños con mayores índices de manifestaciones psíquicas de estrés, presentara bajo nivel de rendimiento académico.; las manifestaciones conductuales del estrés infantil, no se relaciona significativamente con el bajo rendimiento académico, se observa que los niños con mayores índices de manifestaciones conductuales de estrés, presentara alto nivel de rendimiento académico.

En una investigación de Arbeláez y Poved (2012) titulado “Factores Psicosociales Asociados al Estrés En Niños De 10 Y 12 años”. El estudio fue de tipo descriptivo tiene como objetivo identificar los factores escolares que están asociados al estrés. La muestra está formada por 63 sujetos entre los 10 y 12 años de edad los cuales cursan tercero y cuarto de primaria. El instrumento que se utilizó para lograr los objetivos propuestos fue el Test FAEA, donde se obtuvo los siguientes resultados: los factores psicosociales asociados al estrés que afectan el rendimiento académico en los estudiantes de tercero y cuarto de primaria del Colegio Gimnasio Campestre Para La Educación Integral G.I.C.E.I. De esta manera se logró por medio del instrumento utilizado identificar dichos factores que estos niños perciben como aquellos que más inciden o afectan su rendimiento académico. En ambos cursos, el factor actitudinal que genera más estrés en los niños, hace referencia a tener demasiadas tareas para la casa con un porcentaje de 62.54%, seguido de la dificultad que presentan los mismos para concentrarse en clase 57.46%. El factor actitudinal que genera menos estrés en estos estudiantes, es el de ser aceptado por sus compañeros con un porcentaje de 30.79%.

5.1.2. Fundamentación científica

5.1.2.1. Estrés cotidiano infantil

El estrés cotidiano puede definirse como las demandas frustraciones e irritantes que acarrea la interacción diaria con el medio ambiente (Kanner, Coyne y Lazarus, 1981, citado en Trianes et al., 2011). Se trata de sucesos, problemas,

preocupaciones y contrariedades de alta frecuencia, baja intensidad y alta predictibilidad que pueden alterar el bienestar emocional y físico del individuo (Seiffge-Krenke, 2007, citado en Trianes et al., 2011). Estos sucesos o circunstancias se denominan estímulos estresantes o estresores.

Elliot y Eisdorfer (1982, citado por Hernández, 2009) manifiestan que desde la concepción de estrés como estímulo, podría definirse como aquellos estímulos o acontecimientos ambientales que obligan a llevar a cabo cambios adaptativos por parte del sujeto (en este caso del niño) sobre el que inciden, provocándole un aumento de la tensión emocional y dificultando los patrones normales de respuesta. Las categorías que engloban tales acontecimientos son las siguientes: *estresores agudos*, limitados en el tiempo (por ejemplo, la visita del niño al dentista); *secuencias estresantes* (por ejemplo, la muerte de uno de los padres del niño); *estresores intermitentes crónicos* (por ejemplo, exámenes escolares); y *estresores crónicos continuos* (por ejemplo, que el niño sea objeto de abusos físicos recurrentes por parte de sus padres).

En un artículo Ferrino (s.f.) menciona lo siguiente: El estrés infantil, se define como el "conjunto de reacciones, tanto biológicas como psicológicas del organismo, ante situaciones que alteran el equilibrio general del niño o niña. Pero cada niño reacciona distinto ante el estrés de acuerdo al entorno familiar y escolar."

5.1.2.2.Evolución histórica del término estrés

La palabra estrés deriva del griego STRINGERE, que significa provocar tensión. Esta palabra se utilizó por primera vez en el siglo XIV y a partir de entonces se empleó en diferentes textos en inglés como stress, stresse, strest y straisse. (Slipak, 1991, citado por Iraheta, 2005).

El concepto de Estrés se remonta a la década de 1930, cuando un joven austriaco de 20 años de edad, estudiante de segundo año de la carrera de medicina en la Universidad de Praga,

Hans Selye (1907 – 1982 citado por Iraheta. 2005), hijo del cirujano austriaco Hugo Selye, observó que todos los enfermos a quienes estudiaba, indistintamente de la enfermedad propia, presentaban síntomas comunes y generales: cansancio, pérdida del apetito, baja de peso, astenia, etc. Esto llamó mucho la atención a Selye, quien le denominó el "Síndrome de estar Enfermo". En la Escuela de Medicina de la Universidad McGill, donde desarrolló sus famosos experimentos del ejercicio físico extenuante con ratas de laboratorio (Selye quiso descubrir una nueva hormona sexual, inyectando extractos de ovarios ganado a las ratas, para observar los cambios que no se pudieran atribuir a las hormonas ya conocidas) comprobaron la elevación de las hormonas suprarrenales (ACTH, adrenalina y noradrenalina), la atrofia del sistema linfático y la presencia de úlceras gástricas. Selye observó que cada cambio era interdependiente del otro y el conjunto formaba un

síndrome bien definido, al que denomino Síndrome General de Adaptación (S.G.A), Selye descubrió que todas las sustancias tóxicas, cualquiera fuera su origen, producían la misma respuesta; incluso el frío, calor, infección, traumatismo, hemorragia, factores emocionales, etc.; a los que finalmente en 1950 denominó estresares (Slipak, 1991, citado por Iraheta, 2011). Al conjunto de estas alteraciones orgánicas el doctor Selye denominó "estrés biológico". Selye consideró entonces que varias enfermedades desconocidas como las cardíacas, la hipertensión arterial y los trastornos emocionales o mentales no eran sino la resultante de cambios fisiológicos resultantes de un prolongado estrés en los órganos de choque mencionados y que estas alteraciones podrían estar determinadas genética o constitucionalmente. Sin embargo, al continuar con sus investigaciones, integró a sus ideas, que no solamente los agentes físicos nocivos actuando directamente sobre el organismo animal son productores de estrés, sino que además, en el caso del hombre, las demandas de carácter social y las amenazas del entorno del individuo que requieren de capacidad de adaptación provocan el trastorno del estrés.

En 1939 adopta el término stress, y se refirió a los "niveles críticos de estrés", los cuales definió como aquellos que podrían provocar un debilitamiento de los mecanismos homeostáticos. Cannon insistió en especial sobre la estimulación del Sistema Nervioso y en la descarga de Adrenalina

por las Glándulas médula suprarrenales que se produce cuando hay agresiones, ya que este proceso autónomo provoca a su vez modificaciones cardiovasculares que preparan al cuerpo para la defensa. Son éstas quizás las referencias más importantes en las cuales se basa Selye para sus experiencias y la evolución de sus estudios con respecto al Síndrome General de Adaptación y su enorme repercusión en los diferentes órganos de los seres humanos, como así también de los animales.

5.1.2.3. Modelo teórico que sustenta el estudio

La evaluación del estrés cotidiano en la población infantil ha seguido principalmente tres enfoques, atendiendo a las concepciones clásicas del estrés: a) estrés como estímulo (Holmes y Rahe, 1967. Citado en Trianes et al., 2011), que se centran en evaluar los estresores que pueden ser dañinos o amenazadores y que pueden alterar el funcionamiento del organismo o el bienestar y la integridad psicológica del niño; b) estrés como respuesta (Selye, 1978, citado en Trianes et al., 2011), que se centra en evaluar las respuestas fisiológicas del sujeto frente a los estímulos estresantes (p. ej., cambios en el apetito y molestias en el estómago) y también las emocionales (p. ej., irritabilidad, miedo y preocupación) o conductuales (p. ej., comportamientos negativos en las relaciones interpersonales con iguales y profesores) (Escobar, Blanca, Fernandez-Baena y Trianes, en prensa; Fimian, Fastenau, Tashner y Cross, 1989); c) estrés

como relación acontecimiento-reacción, que incluye la percepción o valoración cognitiva del propio sujeto, partiendo de que la reacción al estrés depende de cómo se percibe la situación, más que del tipo de situación en si (Trianes, 2002).

5.1.2.3.1. La perspectiva de Selye

Desde el principio de la década de 1930 hasta el año de su muerte, en 1982, Hans Selye investigó y popularizó el concepto del estrés, destacando su relación con las enfermedades físicas, concientizando a la opinión pública acerca de la importancia del estrés.

En el transcurso de su carrera, Selye consideró inicialmente el estrés como un estímulo y posteriormente lo contempló como respuesta. Su postura original partía de la base de que el estrés era un estímulo, centrándose en las condiciones medioambientales que lo producían. En la época de 1950, Selye empezó a utilizar el término estrés para referirse a una respuesta desarrollada por el organismo.

Para distinguir ambos elementos, Selye empezó a utilizar el término estresor para referirse al estímulo y estrés para designar las respuestas. Entre las contribuciones de Selye a la investigación del estrés se incluye el concepto de estrés y un modelo que

explica de qué manera se defiende el cuerpo en situaciones estresantes. Selye conceptualiza el estrés como una respuesta no específica, insistiendo reiteradamente en que el estrés es una respuesta física general provocada por uno de tantos estresores medioambientales. Selye consideraba que una gran variedad de situaciones distintas podía probar la respuesta del estrés, pero que dichas respuestas serían siempre las mismas (Irhaeta, 2005).

5.1.2.3.2. La perspectiva de Lazarus

Según Lazarus (1993, citado por Irhaeta, 2005) menciona que el estrés no proviene de factores medioambientales, sino en la forma en que la persona mira la situación psicológica.

- Factores Psicológicos: Los seres humanos experimentan estrés, ya que poseen capacidades cognitivas de alto nivel. El efecto que el estrés tiene sobre las personas está basado en la sensación de amenaza, vulnerabilidad y capacidad para afrontar el estrés; la visión que la persona tiene de los acontecimientos hace que la situación resulte estresante.

- Valoración: Lazarus reconoce que las personas utilizan tres clases de valoración, la primaria es cuando las personas se enfrentan por primera vez a una situación, al hacerse una idea de cómo controlar el peligro surge la valoración secundaria, y cuando se hace una reevaluación al disponer de nueva información surge la tercera evaluación.
- La Vulnerabilidad: El estrés puede aumentar cuando la persona carece de recursos físicos o sociales en una situación de importancia personal determinada por factores psicológicos, como la percepción o evaluación de la situación. La vulnerabilidad aparece cuando la falta de recursos crea una situación probablemente amenazante o peligrosa.
- Afrontamiento: Es importante señalar que uno de los factores de la teoría del estrés de Lazarus es la capacidad o incapacidad de afrontar una situación estresante.

5.1.2.3.3. El modelo transaccional del estrés

Frente a las diversas situaciones de estrés, y por lo tanto diversas

interpretaciones, Lazarus y Folkman (1987 citado por Flores, 2017) plantean un modelo transaccional. Este supone una serie de evaluaciones por parte del individuo frente a la situación de estrés experimentada. Y estas evaluaciones se relacionan, a su vez, con la estrategia de afrontamiento que tomará la persona frente a situaciones estresantes (Zaira et al., 2012 citado por Flores, 2017).

La primera evaluación de este modelo es la evaluación primaria. Se refiere a cómo el individuo percibe o interpreta la situación.

Esta puede ser: (1) irrelevante, (2) positiva o beneficiosa y (3) estresante. En el primer caso, la situación no se considera amenazante ni beneficiosa; en el segundo, las consecuencias de la situación traen beneficios y en el tercero, las consecuencias son negativas, pueden traer pérdidas o amenazas (Pereyra, 2008 citado por Flores, 2017).

La segunda evaluación se caracteriza por una forma de evaluación orientada a determinar qué es lo que se puede hacer frente a la situación ya identificada como estresante (Lazarus y Folkman, 1987 citado por Flores, 2017).

Así, mediante este segundo tipo de evaluación la persona evalúa cuáles son los recursos que tiene para hacer frente.

A partir de esta evaluación, la persona pasará a realizar un afrontamiento de la situación y escoger de qué manera hacer frente a su problema. En el caso de los niños, la consideración de la estrategia de afrontamiento varía dependiendo de las características personales, el momento de desarrollo en el que se encuentre y las exigencias del entorno. Finalmente, se lleva a cabo una reevaluación, la cual se refiere a los procesos de retroalimentación que el individuo va percibiendo conforme interpreta, evalúa y afronta la situación. De esta manera, después de afrontar la situación, la interpretación de ésta, inicialmente considerada estresante, cambia. De esta manera, se puede afirmar que el hecho de que una situación provoque una respuesta de estrés dependerá de la evaluación que se haga sobre la situación y de los recursos que se encuentren disponibles para afrontarla. (Toledo et al., 2000 citado por Flores, 2017).

Es importante recalcar el papel activo que le asignan Lazarus y Folkman al individuo durante todo el proceso de evaluación y afrontamiento, ya que la experiencia de estrés dependerá, finalmente, de la interpretación personal que se le dé al evento vivido.

5.1.2.3.4. El estrés como modelo procesual

Se define al estrés por medio de la integración de la concepción del estrés como estímulo, proceso interactivo y respuesta (Sandín, 2008 citado por Flores, 2017).

A la vez Flores (2017) menciona que este modelo integrador presenta siete etapas. La primera empieza con demandas psicosociales, referidas a los estresores externos, que se encuentran en el medio en donde la persona se desenvuelve. En la segunda etapa, la persona lleva a cabo una evaluación acerca de estas variables externas estresantes. La tercera etapa surge como consecuencia de la segunda; a partir de aquella se generan respuestas sobre la evaluación de las variables estresantes, las respuestas son fisiológicas, motoras y cognitivas.

En la etapa cuatro se da un proceso de afrontamiento por parte de la persona en relación al estresor. La quinta etapa involucra las variables personales de cada uno en donde se incluyen factores genéticos y adquiridos, que serán útiles dentro del afrontamiento que se realice. En la sexta etapa se toman en consideración los factores sociales como el contexto político, la cultura y el nivel

socio económico; variable que también van a influir en el proceso de percepción y afrontamiento del estrés. Y finalmente, en la última etapa (la séptima) se evalúa el estado de salud mental de la persona luego de hacer frente las seis primeras etapas.

5.1.2.4. Estrés cotidiano

Se le llama estresor o molestia cotidiana a aquellos eventos que generan frustración, irritación y estrés y que se dan en el día a día durante las transacciones que se llevan a cabo con el ambiente en donde la persona se desenvuelve (Kanner et al., 1980 citado por Flores, 2017).

Ejemplos de estos pueden ser encontrarse atascado en el tráfico, pelear con la pareja o algún amigo cercano, tener una sobre carga de responsabilidades, no tener suficiente dinero para comprar comida, entre otras (Oblitas, 2009 citado por Flores, 2017).

Se afirma que existe una diferencia entre los estresores inhabituales y los estresores cotidianos. Los primeros se refieren a eventos como la muerte de un ser querido o el divorcio de los padres; mientras que los segundos se dan por actividades como las tareas escolares. Asimismo, se sostiene que éstos últimos son los que más daño podrían generar, debido a que, si bien tienen un impacto menor, su presencia es continua (Sandín, 2003 citado en Flores, 2017).

De manera contraria a los grandes eventos vitales, o también conocidos como estresores inhabituales, la persona que se enfrenta a estresores cotidianos no requiere gran ajuste para manejarlos. Esto se debe a que es uno de los varios eventos que ocurren en el día a día de una persona (Oblitas, 2009 citado por Flores, 2017).

Sin embargo, Sandín (2003 citado por Flores, 2017) afirma que, si bien tienen un impacto menor, al mostrar una presencia continua podrían generar más daño y volverse desadaptativo.

En los niños, los estresores presentan un carácter evolutivo; las vivencias amenazantes cambian conforme los niños van creciendo. Esto se debe a que cambia la manera en la que se percibe el mundo y la interacción que tienen con este. Así, para un niño pequeño el estrés se encontrará más relacionado al núcleo familiar y las relaciones de apego; para un niño en edad escolar, los estresores se hallarán en el contexto escolar y la interacción con los pares; y para un adolescente, serán los cambios corporales y de interacción con padres, amigos y personas del sexo opuesto (Oros y Vogel, 2005 citado por Flores, 2017).

Vargas (2014 citado por Flores, 2017) afirma que uno de los estresores más intensos para un niño son los procesos de separación, divorcio o ruptura conyugal. Esto se da porque, al ser un evento estresante para toda la familia y que puede repercutir en la salud de sus miembros, también presenta un impacto significativo en el bienestar de los hijos, llegando a poder desarrollar abandono y

rechazo, inseguridad, baja autoestima e inadaptación personal, familiar, escolar y social. No obstante, se sostiene que, con un manejo adecuado, los efectos podrían revertirse con el tiempo. De igual manera, Lau (2002 citado por Flores, 2017) indica que mientras menor sea el niño, mayor será el impacto de nuevos acontecimientos y mayores probabilidades de experimentar niveles altos de estrés. Asimismo, se afirma que la repercusión del estrés será mayor en aquellos niños menores a 10 años, que hayan nacido prematuros, que son hombres y que tienen una capacidad cognitiva limitada o que haya vivenciado estrés pre-natal.

Tabla 1

Clasificación de estresores según periodo evolutivo

Periodo evolutivo	Estresores relacionados con
De 0 a 6 años	Separación
	Pérdida
	Apego
	Abuso
	Abandono
De 7 a 12 años	Compañeros
	Escuela
	Socialización
	Hermanos
	Identidad
De 13 a 18 años	Cambio
	Transformación
	Interacción con otro sexo
	Disfunción familiar
	Competencia

Fuente: Oros, L. y Vogel, G. (2005) Eventos que generan estrés en la infancia: diferencias por sexo y edad. Citado por Flores, 2017.

5.1.2.5. Dimensiones

Al abordar el tema de estrés infantil, además de considerar el tipo y la naturaleza de los estresores, es importante tener presente el contexto en el que se producen determinadas cuestiones y/o acontecimientos que suponen estrés para el niño/a. En la infancia media, los estresores están en estrecha relación con el contexto familiar y escolar (Compas y Wagner, 1992 citado por Trianes, 2005), mientras que en la adolescencia se encuentra una mayor vulnerabilidad ante la transformación corporal y personal, el cambio en las relaciones con padres y amigos, y el inicio de las relaciones de pareja (Williams y McGillicuddy, 2000 citado por Trianes, 2005).

En este sentido, Trianes (2002) destaca como principales ámbitos de estrés en la infancia: la escuela, la familia y la salud.

5.1.2.5.1. En la escuela: Tradicionalmente, la investigación ha descrito la escuela como uno de los principales ámbitos de estrés en los niños tanto en su vertiente académica, como en su vertiente de sociales con los iguales (de Anda et al., 1997 citado por Trianes 2011). En la literatura se ha identificado, en alumnado de educación primaria, una relación de eventos estresantes procedentes del ámbito escolar, tales como: ser

rechazado por los iguales, ser molestado por niños mayores, ser el último en alcanzar una meta, ser ridiculizado en clase, cambiarse de centro escolar, exceso de demandas escolares, realizar exámenes, llevar a casa malas notas, conflictos con el profesorado, preocupaciones referentes al futuro académico, metas de éxito, exigencias deportivas y llegar tarde al colegio (Fallin et al., 1990; Kouzma y Kennedy, 2004; Lau, 2002; Madders, 1987 citado por Trianes 2011). En este apartado, uno de los aspectos escolares más estudiado en el campo del estrés ha sido la transición de niveles educativos. Los cambios de ciclo pueden tener un impacto negativo y ser una importante fuente de estrés en la infancia y la adolescencia temprana, observándose incluso influencia directa sobre el rendimiento académico de los alumnos, especialmente en los varones (Chung, Elias y Schneider, 1998; Isakson y Jarvis, 1999 citado por Trianes 2011). Por otro lado, Isakson y Jarvis (1999 citado por Trianes 2011) identifican los estresores asociados a las relaciones interpersonales que se producen en la escuela como los de mayor frecuencia durante la adolescencia temprana y media. Además, en estas edades, dado

que las relaciones con iguales cobran más importancia y las interacciones con amigos o compañeros de clase incrementan su frecuencia, no es de extrañar que los conflictos o dificultades en dichas relaciones sociales sean evaluados y generen frecuentemente estrés.

Por último, un estudio realizado con población infantil española Del Barrio (1997 citado por Trianes 2011) encuentra como acontecimientos estresantes escolares más frecuentes: a) en el ámbito académico: cambio de centro, cambio de ciclo, repetición de curso, cambio de profesor, aumento de trabajo y suspensos; b) en el ámbito social: pérdida de un amigo, rechazo de los compañeros, ingreso en un grupo, comienzo de actividades deportivas o lúdicas.

5.1.2.5.2. Familia: Los estresores relacionados con la familia se centran en la preocupación por la salud de alguno de sus miembros, en dificultades en las relaciones con los padres (por ejemplo, escasez de tiempo compartido), así como en tensiones y dificultades que afectan a los padres en el ámbito laboral, económico, matrimonial, y que repercuten en el clima del hogar (Lau, 2002, citado por

Trianes et al., 2011). Además, en el ámbito familiar, algunos niños tienen que hacer frente a estresores vitales como la muerte o divorcio de los padres (Jewett y Peterson, 2003 citado por Trianes et al., 2011).

En este sentido, los acontecimientos familiares más estresantes identificados en la población infantil española por el estudio de Del Barrio (1997 citado por Trianes et al., 2011) son: el nacimiento de un hermano, conflictos en la relación con los padres, fallecimiento de abuelos o amigos próximos a la familia, enfermedad grave de algún miembro y cambio de domicilio.

5.1.2.5.3. Salud: La investigación ha señalado numerosos estresores relacionados con el campo de la salud. McPherson (2004 citado por Trianes, 2011), subraya que el dolor y la enfermedad son una de las principales fuentes de estrés para los niños. Asimismo, Jewett y Peterson (2003, citado por Trianes, 2011), identifican la hospitalización como uno de los estresores más relevantes en población infantil, y describen a la enfermedad crónica como un relevante estresor que afecta tanto al bienestar del propio niño como del conjunto familiar en los dominios físico, emocional, social

y funcional. En esta línea, Trianes (2002 citado por Fernandez, 2007) subraya como estresores más relevantes localizados en este ámbito: la enfermedad crónica, la hospitalización y los procedimientos médicos invasivos.

5.1.2.6. Impacto del estrés en niños

Algunos eventos de la vida temprana, como complicaciones de embarazo, traumas infantiles o abuso de sustancias, interactúan con rasgos genéticos y pueden conducir a trastornos del neurodesarrollo y trastornos mentales en la adultez temprana (Brietzke et al., 2012 citado por Flores, 2017). Así, se ha comprobado que el estrés infantil tiene consecuencias negativas en el desarrollo de niños y adolescentes y que estas persisten hasta la adultez (Escobar et al., 2013 citado por flores, 2017).

A la vez Bremner (1999 citado por Flores, 2017) afirma que la exposición a traumas emocionales severos durante la niñez puede causar alteraciones en la estructura cerebral. Así por ejemplo, el abuso y abandono infantil generan cambios a largo plazo en la reactividad al estrés y en el desarrollo del cerebro. En general, una vida de estrés puede alterar la sinaptogénesis y la proliferación dendrítica, pero no se manifiesta hasta la adolescencia o temprana adultez.

También, se ha encontrado que los efectos neurobiológicos del estrés varían en las diferentes etapas de desarrollo. Así, las diferencias de las

imágenes cerebrales entre niños y adultos podrían ser parcialmente explicadas por las diferencias en la maduración cerebral (Brietzke et al., 2012 citado por Flores, 2017).

5.1.2.7. Estrés e inadaptación socioemocional

El estrés cotidiano es una variable relevante en el desarrollo infantil y en el de los adolescentes porque los altos niveles de estrés cotidiano se asocian con problemas de inadaptación socioemocional. Se ha encontrado que el estrés cotidiano puede producir un impacto más negativo en el desarrollo emocional de los escolares que el estrés causado por acontecimientos vitales. Atendiendo al modelo integrativo de estrés psicosocial de Warner et al., (1988), se advierte que estos acontecimientos vitales predicen estresores cotidianos, los cuales a su vez predicen la aparición de sintomatología socioemocional. (Escobar et al., 2008; Fernandez-Baena, 2007; Jose y Ratcliffe, 2004; Seiffge-Krenke, 2000 citado en Trianes et al., 2011)

En relación con los distintos ámbitos mencionados, los niños que sufren estresores cotidianos relacionados con la salud, como enfermedades o visitas frecuentes al hospital, se hallan en riesgo de desarrollar problemas de índole internalizada como ansiedad, depresión, sentimientos de incapacidad, bajo autoconcepto y pobre autoestima (Bailly et al., 2004; Lau, 2002, Truner 1998, citado en Trianes et al., 2011).

5.2. Justificación de la investigación

El presente trabajo de investigación se realiza luego de haber realizado la evaluación del nivel de estrés cotidiano que presentan los niños en su etapa escolar abarcando distintos ámbitos como son en la escuela, familia y salud; puesto que el estrés se caracteriza por una respuesta subjetiva hacia lo que está ocurriendo.

El valor teórico del presente trabajo se sustenta en varias teorías como entre las principales son: De la perspectiva del Selye, la perspectiva de Lazarus, el Modelo transaccional del estrés y el estrés como modelo procesual, las citadas teorías sirven de base y estando a la realidad descrita la presente investigación será en beneficio a los alumnos de Educación Básica Regular, específicamente los alumnos del Nivel Primario. Por otra parte la presente investigación busca contribuir con la buena salud física y mental; en ese contexto, no solo se le debe dar importancia a problemas relacionados como los derechos o algún tipo de enfermedad orgánica, también se requiere de un estudio de mayor profundidad sobre temas relacionados a la salud mental, específicamente el estrés infantil y en el futuro se pueden realizar mayores investigaciones y teniendo como referencia el presente trabajo de investigación.

Desde el punto de vista práctico los destinatarios del presente estudio son los alumnos del nivel primario y los niños en general, quienes podrán encontrar en ésta propuesta como la mejora en el soporte emocional e incorporarse como un bagaje cognitivo.

En tal sentido, la aplicación del presente trabajo de investigación sobre estrés cotidiano infantil tiene en niños de un Centro Educativo de la Ciudad de Huaraz 2017, mejorara que los estudiantes no presente algún tipo de problema de estrés significativo ni presenten estrés grave.

5.3. Problema

¿Cuál es el nivel de estrés cotidiano en niños de un Centro Educativo de la ciudad de Huaraz – Ancash – 2017?

5.4. Conceptuación y operacionalización de las variables

Estrés cotidiano

5.4.1. Definición conceptual. - El estrés cotidiano puede definirse como las demandas frustraciones e irritantes que acarrea la interacción diaria con el medio ambiente (Kanner, Coyne Y Lazarus, 1981, citado en Trianes et al., 2011).

Se trata de sucesos, problemas, preocupaciones y contrariedades de alta frecuencia, baja intensidad y alta predictibilidad que pueden alterar el bienestar emocional y físico del individuo (Seiffge-Krenke, 2007, citado por Trianes et al., 2011).

5.4.2. Definición operacional

Tabla 2

Matriz de operacionalización de la variable

Variable	Dimensiones	Indicadores	Índice – categorías o niveles	Instrumento
Estrés cotidiano	Problemas de Salud	Enfermedad crónica	55 – menos: No hay problemas de estrés significativo. 56 – 65: Sintomatología leve de estrés. Más de 66: Sintomatología grave.	Inventario De Estrés Cotidiano Infantil
		Hospitalización		
		Procedimientos médicos invasivos.		
		Nacimiento de un hermano		
	Ámbito Familia	Conflictos en la relación con los padres		
		Fallecimiento de abuelos o amigos		
		Enfermedad grave de algún miembro		
	Ámbito Escolar	Cambio de domicilio.		
		Ser rechazado por los iguales		
		Ser molestado por niños mayores		
		Ser el último en alcanzar una meta		
		Ser ridiculizado en clase		
		Cambiarse de centro escolar		

Exceso de
demandas escolares
Realizar exámenes
Llevar a casa
malas notas
Conflictos con el
profesorado
Preocupaciones
referentes al
futuro académico

Fuente: Elaboración propia

5.5. Objetivos

5.5.1. Objetivo general

Determinar el nivel de estrés cotidiano en niños de una institución educativa de Huaraz – Ancash – 2017.

5.5.2. Objetivos específicos

- Identificar el nivel de estrés en la dimensión relacionado a problemas de salud.
- Indagar sobre el nivel de estrés en la dimensión del ámbito familiar.
- Identificar el nivel de estrés en la dimensión del ámbito escolar.

6. METODOLOGÍA

6.1. Tipo y diseño de investigación

De acuerdo a lo establecido este trabajo de investigación fue de tipo teórico básico y nivel descriptivo simple.

En este sentido, la "investigación teórica es la construcción de una teoría o parte de la misma, pero también lo es reconstruirla, reestructurarla, reformularla, remodelarla, fundamentarla, integrarla, ampliarla o desarrollarla. Igualmente, es investigación teórica la revisión o el examen de una teoría o de alguna de sus partes o aspectos, el contratarla, comprobarla, validarla o verificarla, cuestionarla, impugnarla, rebatirla y no refutarla." (Martínez, 1989. p.223 citado por González, 1995).

El diseño a utilizar fue el no experimental puesto que no requiere una manipulación de variables, así mismo es de corte transversal.

Según Liu y Tucker (2004 citado por Hernández, Fernández y Baptista, 2013), manifiestan que los diseños de investigación transeccional o transversal recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. Es como “tomar una fotografía” de algo que sucede.

A la vez Hernández, Fernández y Baptista (2013) manifiestan que los diseños transaccionales descriptivos, tienen como objetivo indagar la incidencia de las modalidades o niveles de una o más variables en una población. El procedimiento consiste en ubicar en una o diversas variables en un grupo de personas u otros seres vivos, objetos, situaciones, contextos, fenómenos, comunidades, etc., y proporcionar su descripción. Son por tanto estudios puramente descriptivos.

El diseño gráfico fue el siguiente:

M----- O

M= Niños

O= Estrés cotidiano

6.2.Población y muestra

Para este proyecto de investigación la población fueron los niños del nivel primario de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, donde abarca un total de 370 estudiantes desde primer a sexto grado de educación primaria, entre varones y mujeres.

“Una población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones” (Lepkowski, 2000 citado por Hernández, Fernández y Baptista, 2013).

Para poder determinar la muestra se utilizó el muestreo no probabilista, puesto que la elección de los elementos no depende de la probabilidad,

sino de las causas relacionadas con las características de la investigación o los propósitos del investigador (Jhonson, 2014, Hernández-Sampieri et al., 2013 y Battaglia, 2008). Asimismo, el tipo de muestreo también fue por conveniencia, ya que la selección de los participantes dependió del acceso a la Institución Educativa (Fraenkel, Wallen y Hyun, 2011 citado por Flores, 2017). En este caso la muestra estuvo conformada por 162 estudiantes del 5to y 6to grado del nivel primario.

6.3. Técnica e instrumento de investigación

6.3.1. Técnica

La técnica que se usó para el recojo de información fue la encuesta, puesto que para Shaughnessy, Zechmeister y Zechmeister (2007), mencionan que la investigación mediante encuestas se utiliza para evaluar los pensamientos, opiniones y sentimientos de las personas; las encuestas pueden ser específicas y limitadas en sus alcances o más globales en sus objetivos.

Para la siguiente investigación se hizo uso del Inventario de Estrés Cotidiano Infantil para hacer el recojo de la información.

6.3.2. Instrumento

Ficha técnica

Nombre del test : IECI Inventario de Estrés Cotidiano Infantil

Autores : Trianes, M^a V; Blanca, M^aJ; Fernández-Baena, F.J.; Escobar, M. y Maldonado, E.F

Área de aplicación : Psicología clínica, educativa y salud general y bienestar.

Población : Niños del nivel primario de 06 a 12 años.

Tiempo : 15 y 25 minutos aproximadamente.
Estandarización : Ps. Lady Yanidee Medina Oliva
(Perú)

Descripción del inventario:

El Inventario de Estrés Cotidiano Infantil consta de 22 ítems dicotómicos (Si/No) que describen la ocurrencia de diversos sucesos, problemas, demandas, preocupaciones y contrariedad que se originan en la interacción diaria con el entorno, susceptibles de una reacción emocional y que pueden afectar de forma negativa al desarrollo de los niños en edad escolar. En la redacción de los Ítems se ha procurado que el lenguaje sea comprensible para la población infantil.

Validez: La validez de contenido se aborda de una forma muy detallada, se han realizado numerosos estudios de validez de constructo, e incluso se ha incorporado un criterio objetivo, una medida fisiológica, para que actúe de criterio.

Confiabilidad: La confiabilidad de la puntuación total obtenida con el IECI es satisfactoria y se ha realizado un AFC que confirma la dimensionalidad esperada, usando los últimos conocimientos en materia de matriz de correlaciones y de método de estimación más adecuados.

6.4.Procedimiento

6.4.1. Consentimiento

Se realizó en primer lugar la presentación del proyecto al Centro Educativo, donde se llevó a cabo dicha investigación, seguidamente se realizó la entrega del documento para que se pueda realizar la investigación, de

esta manera logrando el acceso al Centro Educativo, a la vez se tuvo en cuenta la confidencialidad de cada uno de los participantes, que a continuación se explican.

6.4.2. Protección de los derechos humanos

Según las normas éticas del APA (2010) para la investigación, nos manifiesta lo siguiente:

Consentimiento informado

Se realizó la explicación del proyecto de manera verbal a los padres de familia de los estudiantes que fueron evaluados para dicha investigación. Puesto que en las normas éticas del APA manifiesta que cuando los psicólogos conducen investigaciones o presten servicios de evaluación, terapia, counseling, en persona o por vías de transmisión electrónica u otras formas de comunicación, obtienen el consentimiento informado del o los individuos, utilizando un lenguaje que sea razonablemente comprensible para la o las personas.

Privacidad y confidencialidad

Mantenimiento de la confidencialidad. - Los psicólogos tienen como obligación primordial y toman las precauciones razonables para proteger la información confidencial obtenida o conservada por cualquier medio, es por ello que se obvió los datos personales de cada estudiante, de esta manera manteniendo la confidencialidad.

Investigación y publicación

a) Autorización institucional.- En caso de que se requiera autorización institucional, los psicólogos proveen información precisa acerca de sus propuestas de investigación y obtienen la

autorización correspondiente antes de realizar la investigación. Dirigen la investigación de acuerdo con el protocolo autorizado. De esta manera se presentó a la Institución un documento para la autorización de la aplicación de la prueba.

6.5. Procesamiento y análisis de información

Para el análisis de los datos se usó de la estadística descriptiva, así mismo del programa Excel para la elaboración de la matriz de los datos. Y para el análisis de los mismos se usó el paquete estadístico SPSS versión 22. Los resultados se presentaron en tablas simples o de doble entrada, con sus respectivas interpretaciones.

7. RESULTADOS

A continuación se presenta la descripción de los resultados obtenidos, con sus respectivas tablas e interpretaciones.

Nivel de estrés cotidiano general en niños de una institución educativa de Huaraz – Ancash - 2017.

En la tabla 3 se aprecia que el 66.6% de los estudiantes no presente algún tipo de problema de estrés significativo y el 11.1% presenta estrés grave.

Tabla 3

Distribución de los niveles de estrés cotidiano general en niños

Niveles	F	%
No hay problema de estrés significativo	108	66.6
Estrés leve	36	22.2
Estrés grave	18	11.1
Total	162	100.0

Fuente: elaboración propia

Nivel de estrés en la dimensión relacionado a problemas de la salud de los niños de una institución educativa de Huaraz – Ancash – 2017.

En la tabla 4 observamos que el 71.6% de los niños se ubican donde no hay problema de estrés significativo y el 18.5% se encuentra en estrés leve.

Tabla 4

Distribución del nivel de estrés en la dimensión de salud en niños

Niveles	F	%
No hay problema de estrés significativo	116	71.6
Estrés leve	30	18.5
Estrés grave	16	9.9
Total	162	100,0

Fuente: Elaboración propia.

Niveles de estrés en la dimensión del ámbito familiar de los niños una institución educativa de Huaraz – Ancash – 2017.

En la tabla 5 observamos que el 67.9% de los niños no presenta problemas de estrés significativo, mientras que el 16.0% presenta estrés grave.

Tabla 5

Distribución de los niveles de estrés en la dimensión del ámbito familiar.

Niveles	F	%
No hay problema de estrés significativo	110	67.9
Estrés leve	26	16.0

Estrés grave	26	16.0
Total	162	100,0

Fuente: Elaboración propia.

Niveles de estrés en la dimensión del ámbito escolar de los niños de una institución educativa de Huaraz – Ancash – 2017.

En la tabla 6 se observa que el 72.2% no presentan problemas de estrés significativo, mientras en 16.0% de los niños presenta estrés grave.

Tabla 6

Distribución de los niveles de estrés de la dimensión del ámbito escolar.

Niveles	F	%
No hay problema de estrés significativo	117	72.2
Estrés leve	19	11.7
Estrés grave	26	16.0
Total	162	100,0

Fuente: Elaboración propia.

8. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En el presente estudio se encontró que el 11.1% de los estudiantes de un Centro Educativo de la ciudad de Huaraz, se encuentran en un nivel de estrés general grave, que se caracteriza porque abarca las tres dimensiones ya sea en el ámbito escolar, familiar y salud; seguido del 66.6% que se caracteriza por no tener problemas de estrés significativo; en esa dirección Terreros, Torres y Vinuesa (2015) hallaron que el 50% de niños presenta estrés leve y el 14% estrés moderado, los datos que se dan a conocer son similares ya sea por la edad de los evaluados o los grados de estudio, a la

vez Kanner, Coyne y Lazarus, (1981, citado en Trianes et al., 2011) manifiestan que el estrés cotidiano puede definirse como las demandas frustraciones e irritantes que acarrea la interacción diaria con el medio ambiente. De igual manera existe una diferencia entre los datos encontrados, puesto que hay que tener en cuenta la cantidad de participantes, que fueron 162 estudiantes, mientras que para Terreros, Torres y Vinueza trabajaron con 135, también se puede considerar que no se utilizaron los mismo instrumentos para dichos estudios, a pesar de esto los resultados no difieren en gran medida con el presente trabajo.

De igual manera en la dimensión de salud se encuentra que el 71.6% de los niños se ubican donde no hay problema de estrés significativo y el 18.5% se encuentra en estrés leve. Asimismo en el estudio de Perez (2016) se muestra en los resultados obtenidos en quinto y sexto de primaria, el ámbito escolar es el generador de estrés en los alumnos de Quinto de primaria con un 56.5%, mientras que en el ámbito de salud y familiar no provocan estrés. Por su parte en sexto de primaria el principal generador de estrés es el ámbito familiar con un 57.7%, mientras que el ámbito de la salud y el ámbito escolar no causan mayores preocupaciones. En los niños, los estresores presentan un carácter evolutivo; las vivencias amenazantes cambian conforme los niños van creciendo. Esto se debe a que cambia la manera en la que se percibe el mundo y la interacción que tienen con este. Así, para un niño pequeño el estrés se encontrará más relacionado al núcleo familiar y las relaciones de apego; para un niño en edad escolar, los estresores se hallarán en el contexto escolar y la interacción con los pares; y para un adolescente, serán los cambios corporales y de interacción con padres, amigos y personas del sexo opuesto (Oros y Vogel, 2005 citado por Flores, 2017). Asimismo, Jewett y Peterson (2003, citado por Trianes, 2011), identifican la hospitalización como uno de los estresores más relevantes en población infantil, y describen a la enfermedad crónica como un relevante estresor que afecta tanto al bienestar del propio niño como del conjunto familiar en los dominios físico,

emocional, social y funcional. En esta línea, Trianes (2002 citado por Fernandez, 2007) subraya como estresores más relevantes localizados en este ámbito: la enfermedad crónica, la hospitalización y los procedimientos médicos invasivos. Entre los datos encontrados se muestra una similitud, puesto que los niños evaluados estuvieron en sus respectivas aulas de clases, sin tener como causa alguna de los indicadores que van relacionados a la dimensión de salud.

En la dimensión de ámbito familiar observamos que el 67.9% de los niños no presenta problemas de estrés significativo, mientras que el 16.0% presenta estrés grave. En el estudio de Pérez (2016), se muestra que en los estudiantes de sexto de primaria el principal generador de estrés es el ámbito familiar con un 57.7%, mientras que el ámbito de la salud y el ámbito escolar no causan mayores preocupaciones. De igual manera Lau (2002, citado por Trianes et al., 2011) manifiestan que los estresores relacionados con la familia se centran en la preocupación por la salud de alguno de sus miembros, en dificultades en las relaciones con los padres (por ejemplo, escasez de tiempo compartido), así como en tensiones y dificultades que afectan a los padres en el ámbito laboral, económico, matrimonial, y que repercuten en el clima del hogar. Se encuentra similitud en los resultados puesto que la muestra que se usó para dichos estudios son niños de la misma edad, de igual manera la prueba para el recojo de la información.

En la dimensión del ámbito educativo se muestra que el 72.2% no presentan problemas de estrés significativo, mientras en 16.0% de los niños presenta estrés grave, en el estudio de Quiñonez (2014) se encontró que la presencia de estrés infantil en niños en edad preescolar, si se relaciona de manera significativa con el bajo rendimiento académico, de manera que cuando más estresado este el niño, menor será su rendimiento académico.; las manifestaciones psíquicas del estrés infantil, si se relaciona significativamente con el bajo rendimiento académico, se

observa que los niños con mayores índices de manifestaciones psíquicas de estrés, presentara bajo nivel de rendimiento académico. De igual manera en el estudio de Arbelaez y Proved (2012), se logró por medio del instrumento utilizado identificar dichos factores que estos niños perciben como aquellos que más inciden o afectan su rendimiento académico. En ambos cursos, el factor actitudinal que genera más estrés en los niños, hace referencia a tener demasiadas tareas para la casa con un porcentaje de 62.54%, seguido de la dificultad que presentan los mismos para concentrarse en clase 57.46%. El factor actitudinal que genera menos estrés en estos estudiantes, es el de ser aceptado por sus compañeros con un porcentaje de 30.79%, de igual manera Isakson y Jarvis (1999 citado por Trianes 2011) identifican los estresores asociados a las relaciones interpersonales que se producen en la escuela como los de mayor frecuencia durante la adolescencia temprana y media. Además, en estas edades, dado que las relaciones con iguales cobran más importancia y las interacciones con amigos o compañeros de clase incrementan su frecuencia, no es de extrañar que los conflictos o dificultades en dichas relaciones sociales sean evaluados y generen frecuentemente estrés y

española Del Barrio (1997 citado por Trianes 2011) encuentra como acontecimientos estresantes escolares más frecuentes: a) en el ámbito académico: cambio de centro, cambio de ciclo, repetición de curso, cambio de profesor, aumento de trabajo y suspensos; b) en el ámbito social: pérdida de un amigo, rechazo de los compañeros, ingreso en un grupo, comienzo de actividades deportivas o lúdicas. De esta manera se observa que el mayor factor de estrés en niños es en este ámbito puesto que las exigencias académicas que se dan en las diversas Instituciones Educativas, sobre todo dicha institución donde se llevó a cabo la presente investigación hace que los niños entren en un nivel de estrés que muchas veces no saben cómo sobrellevar la situación.

9. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

9.1. Conclusiones

Que del análisis e interpretación de los resultados de la investigación se formulan las siguientes conclusiones:

- Que, del análisis, estudio y evaluación del Nivel de Estrés cotidiano en niños, se desprende como resultados del SPSS Versión 22 el 11.1% de los niños evaluados de un Centro Educativo de la ciudad de Huaraz – Ancash - 2017, presenta estrés grave de manera general, lo que significa que están relacionados con problemas de diversa naturaleza ya sea en el ámbito escolar, familiar y alteraciones fisiológicas e inadaptación socioemocional.
- Del Primer Objetivo Específico se advierte como valor de significación observada (identificación de los de los niños de un Centro Educativo de la ciudad de Huaraz – Ancash - 2017) se han encontrado en la dimensión de salud según el SPSS Versión 22, el 71.6 %, significa que predomina más el nivel de estrés no significativo, como es corroborado en la prueba psicológica utilizada y el autor Trianes en su Inventario de Estrés Cotidiano Infantil; asimismo, las manifestaciones de este tipo de estrés se da sobre todo en lugares donde existen niños hospitalizados o con algún problema de salud.
- Referente Objetivo Específico de Indagar sobre el nivel de estrés en la dimensión del ámbito familiar, el SPSS Versión 22 arrojo el 16.0% que significa que los niños evaluados de dicho Centro Educativo de la ciudad de Huaraz, presenta estrés grave, ya que los principales factores son la separación de sus padres, custodia, fallecimiento de familiares, conflictos de relación entre los padres, entre otros.
- Con lo relacionado al último Objetivo Especifico se concluye que el 16.0% de los niños del mismo Centro Educativo presenta estrés grave, teniendo como causa el exceso de demandas escolares,

llevar a casa malas notas y preocupaciones referentes a futuro académico.

9.2. Recomendaciones

Luego de un arduo trabajo de investigación, el objetivo planteado, general y específico y después de haber operativizado con los instrumentos y técnicos correspondientes, planteo las siguientes recomendaciones:

- Que la presente trabajo de investigación sea incluido en el Plan Anual de las diversas Instituciones Educativas de la ciudad de Huaraz, sobre todo en dicho Centro Educativo donde se lleva esta investigación, la realización de talleres de afrontamiento al estrés, contribuyendo que los niños del quinto y sexto grado de Educación Primaria logren una adecuada salud mental; asimismo, dicha propuesta debe ser elevado a la Unidad de Gestión Educativa Local de Huaraz y a la Dirección Regional de Educación de Áncash.
- El presente trabajo de investigación sea el cimiento para las posteriores investigaciones y se logre estandarizar el instrumento del inventario del estrés cotidiano infantil a nivel local y regional, de esta manera obtener datos más precisos.

10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alelu M, Cantin S., López N. y Rodríguez M. (s.f.) *Estudio de encuestas*. Recuperado de http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite_etica/Codigo_APA.pdf
- APA (2010) *Principios Éticos De Los Psicólogos Y Código De Conducta*.
- Arbeláez C. y Poved C. (2012) *Factores Psicosociales Del Estrés Factores Psicosociales Asociados al Estrés En niños de 10 Y 12 años*. Recuperado de <https://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/4389/131120.pdf?sequence=1>
- Ferrino M. (s.f.) *Estrés infantil*. Recuperado de <http://www.educarchile.cl/ech/pro/app/detalle?id=96990>
- Flores M. (2017) *Propiedades Psicométricas De La Escala De Estrés Cotidiano Infantil En Niños De 3ero A 5to Grado De Primaria De Colegios De Lima Metropolitana (tesis)*. Recuperado de http://renati.sunedu.gob.pe/bitstream/sunedu/121924/1/Flores_Mazulis_Maria.pdf
- Gonzales M. (1995) *El estrés y el niño. Factores de estrés Durante la infancia*. Ediciones: Universidad de Salamanca.
- Gratacos (s. f.) *Estrés infantil: síntomas, causas y tratamiento*. Recuperado de <https://www.lifeder.com/estres-infantil/>
- Hernandez E. (2009) *El estrés infantil*. Recuperado de <http://www.zonapediatrica.com/estres-infantil.html>

- Hernandez R., Fernandez C. y Baptista P. (2013) *Metodología de la Investigación*. 5ta edición. México. Ed. S. A.
- Iraheta F. (2001). *Evolución histórica del estrés*. Recuperado de <http://ri.ufg.edu.sv/jspui/bitstream/11592/8273/3/158.72-F825f-CAPITULO%20II.pdf>
- Naranjo M. (2009) *Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo*. *Revista educación*
- Pérez M. (2016) *Factores de estrés cotidiano entre alumnos de quinto primaria y alumnos de sexto primaria que egresan de la escuela Kemna´OJ*. (Tesis). Recuperado de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/Perez-Maria.pdf>
- Quiñonez C. (2014) *Estrés infantil y su influencia en el rendimiento académico de niños en edad preescolar del Centro Educativo Particular Parroquial Nuestra Señora Del Sagrado Corazón De Jesús*. Huaraz, 2014 (tesis). Recuperado de <https://es.scribd.com/document/210793277/TESIS-ESTRES-INFANTIL-pdf>
- Terreros A., Torres E., y Vinueza D. (2015) *Nivel de estrés en los niños de la escuela Daniel Hermida, Cuenca 2014* (tesis). Recuperado de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/21695/1/TESIS.pdf>
- Trianes M. et al. (2011) *Inventario de estrés cotidiano infantil*. Madrid. Ed. Tea.

11. ANEXOS

Anexo 1

IECI

inventario de estrés cotidiano infantil

Soy: niño () o niña ()

Edad: _____

Grado: _____

A continuación, encontraras una lista de situaciones. Por favor, responde según las veces que te pasa:

Si te ha ocurrido, rodea con un círculo el SI; si no te ha sucedido, rodea con un círculo el NO. Cuando termines comprueba que no hayas dejado ningún espacio en blanco.

1	Este año he estado enfermo o enferma varias veces.	SI	NO
2	Las tareas del colegio me resultan difíciles.	SI	NO
3	Visito poco a mis familiares (abuelos, tíos, primos, etc).	SI	NO
4	Con frecuencia me siento mal (tengo dolores de cabeza, náuseas, etc)	SI	NO
5	Normalmente saco malas notas.	SI	NO
6	Paso mucho tiempo solo o sola en casa.	SI	NO
7	Este año me han llevado a emergencias.	SI	NO
8	Mis profesores son muy exigentes conmigo.	SI	NO
9	Hay problemas económicos en mi casa	SI	NO
10	Tengo cambios de apetito (a veces como muy poco y a veces como mucho).	SI	NO
11	Participo en demasiadas actividades extraescolares.	SI	NO
12	Mis hermanos y yo nos peliamos mucho.	SI	NO
13	A menudo tengo pesadillas.	SI	NO
14	Me cuesta mucho concentrarme en una tarea.	SI	NO
15	Paso poco tiempo con mis padres.	SI	NO
16	Me preocupa mi aspecto físico (me veo gordo o gorda, feo o fea, etc.)	SI	NO
17	Me pongo nervioso o nerviosa cuando me preguntan los profesores.	SI	NO
18	Mis padres me regañan mucho.	SI	NO
19	Mis padres me llevan muchas veces al médico.	SI	NO
20	En el colegio mis compañeros se meten mucho conmigo.	SI	NO
21	Mis padres me mandan más cosas de las que puedo hacer.	SI	NO
22	Me canso muy fácilmente.	SI	NO