



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

TESIS

**ESTRÉS Y DEPRESIÓN EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SANTIAGO LEÓN DE CHONGOS BAJO- CHUPACA, 2022**

**PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

AUTORAS:

Bach. Chuquillanqui Cerrón, Lizbeth
Bach. Bastidas Ordoñez, Yessica Maleni

ASESORA:

Mg. García Inga, Belinda Olga

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud Pública y Epidemiología

HUANCAYO-PERÚ

2023

DEDICATORIA

A Dios por iluminarnos nuestros caminos para el logro de nuestras metas.

A nuestra familia por su apoyo y comprensión durante el tiempo que duro nuestra formación profesional.

Las autoras

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt, por habernos formado como profesional de enfermería.

A la asesora, Mg Belinda Olga García Inga por habernos guiado en este estudio, en base a su experiencia y conocimientos.

Así mismo agradecemos al director de la Institución educativa Santiago León de Chongos Bajo de la provincia de Chupaca por las facilidades brindadas.

PÁGINA DEL JURADO

Mg. Maruja Yupanqui Quispe

PRESIDENTA

Mg. Edith Suasnabar Cueva

SECRETARIA

Mg. Belinda Olga García Inga

VOCAL

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Bachiller **Yessica Maleni Bastidas Ordoñez** identificada con DNI N° 47526705 y Bach. **Lizbeth Chuquillanqui Cerrón** identificada con DNI N° 72125171, egresadas de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Enfermería.

Que a efectos de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el registro de grados y títulos de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Enfermería. Declaramos bajo juramento que toda documentación que acompañamos es veraz y autentica.

En tal sentido asumimos la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos o información aportada por la cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt.

Huancayo, febrero del 2023.



Bach Yessica Maleni Bastidas Ordoñez
DNI: 47526705



Bach Lizbeth Chuquillanqui Cerrón
DNI: 72125171

ÍNDICE

Carátula	¡Error! Marcador no definido.
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Página del jurado	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Índice	vi
RESUMEN	vii
ABSTRACT	viii
I. INTRODUCCIÓN	9
II. MÉTODO	18
2.1. Tipo y diseño de investigación	18
2.2. Operacionalización de las variables	18
2.3. Población, muestra y muestreo	18
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.	19
2.5. Procedimiento	19
2.6. Método de análisis de datos	20
2.7. Aspectos éticos	20
III. RESULTADOS	21
IV. DISCUSION	25
V. CONCLUSIONES	27
VI. RECOMENDACIONES	28
REFERENCIAS	29
ANEXOS	32

RESUMEN

Esta investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés y depresión en adolescentes de la institución educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022. Metodología: fue de tipo básico con nivel correlacional que nos permitió relacionar las dos variables de estudio, el diseño fue no experimental de corte transversal, la muestra estuvo conformada por 110 adolescentes de la Institución Educativa Santiago León de Chongos bajo, el tipo de muestreo fue probabilístico de tipo aleatorio simple, la técnica que se utilizó fue la encuesta y el instrumento que se aplicó fue el cuestionario. Resultados: se identificó que el nivel de estrés en adolescentes de la Institución Educativa Santiago León de Chongos fue bajo con el 67,3% y el nivel de depresión ha sido normal con el 73,6%. Conclusión: en la investigación se determinó que existe relación entre el estrés y depresión en adolescentes de la institución educativa Santiago León de Chongos Bajo de Chupaca, según Rho de Spearman 0,539 y significancia de 0,05.

Palabras claves: estrés, depresión, adolescentes.

ABSTRACT

The objective of this research was to determine the relationship between stress and depression in adolescents from the Santiago León de Chongos Bajo - Chupaca educational institution, 2022. Methodology: it was of a basic type with a correlational level that allowed us to relate the two study variables, the design It was non-experimental, cross-sectional, the sample consisted of 110 adolescents from the Santiago León de Chongos Bajo Educational Institution, the type of sampling was probabilistic of a simple random type, the technique used was the survey and the instrument applied was questionnaire. Results: it was identified that the level of stress in adolescents of the Santiago León de Chongos Bajo Educational Institution was low with 67.3% and the level of depression was normal with 73.6%. Conclusion: in the investigation it was determined that there is a relationship between stress and depression in adolescents of the educational institution Santiago León de Chongos Bajo de Chupaca, 2022, according to Spearman's Rho 0.539 and significance of 0.05.

Keywords: stress, depression, adolescents.

I. INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) informa que una de las enfermedades más comunes de trastornos mentales es la depresión. Las cifras que afectan al mundo con esta enfermedad sobre todo en la población de adultos se encuentran alrededor del 5%. Esta enfermedad genera una discapacidad y forma parte de una carga a nivel mundial sobre la morbilidad general. También esta enfermedad afecta más a las mujeres en comparación con los hombres, esta enfermedad puede conllevar a suicidios si no es tratado, monitoreado oportunamente (1).

Por otro lado, la OMS informa que según las estadísticas a nivel mundial se tiene que, de cada 7 adolescentes de 10 a 19 años, uno sufre de este trastorno mental, representando un 13% de la carga mundial de morbilidad en esta etapa de vida. Así mismo la ansiedad y la depresión, así como los trastornos del comportamiento, están ubicados como las causales de las enfermedades y discapacidad en adolescentes. El hecho de que el adolescente decida terminar con su vida es decir el suicidio está considerada como la cuarta causa de muerte entre los adolescentes de 15 a 19 años. si esta enfermedad no es tratada oportunamente mientras se encuentra en la etapa adolescente esta enfermedad se expande hacia la edad adulta perjudicando su salud física, mental del individuo estrechándose las posibilidades de llevar una vida saludable en el futuro (2).

Entre los determinantes que podrían conllevar al estrés en la etapa de la adolescencia, la OMS identifica sobre la presión para amoldarse a sus compañeros, el anhelo de tener una autonomía, así como la exploración de la identidad sexual y un incremento en el acceso del uso de la tecnología (3)

Según el Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) informa que a nivel mundial aproximadamente el 20% de adolescentes padecen de estos trastornos mentales. Además, en países que se encuentran en vías de desarrollo aproximadamente el 15% de los adolescentes ha considerado el suicidio. Así mismo los trastornos como el suicidio, autolesiones, ansiedad entre niños y adolescentes son altamente altas, así mismo según las estadísticas aproximadamente el 20% de personas de esta etapa de vida en el mundo padecen de estos trastornos. Se menciona al suicidio como la 2da causa de muerte entre adolescentes de 15 a 19 años sobre todo en países en vías de desarrollo (4)

En el Perú, según el Ministerio de Salud (MINSA) informa que aproximadamente el 29.6%

de la etapa de la adolescencia que considera de 12 y 17 años de edad corren el riesgo de sufrir de algún alteración relacionado a la salud mental o emocional, así mismo, las familias en el Perú vienen atravesando trastornos en la salud mental como el estrés ya sea por problemas familiares o también como consecuencia del trabajo remoto así como los problemas económicos en el hogar como consecuencia de la pandemia (5).

Por otro lado, el MINSA informa que más de 300 mil casos de trastornos mentales como la depresión fueron atendidos durante el año 2021 en los diferentes establecimientos que cuentan con el servicio de salud mental, lo que representa un aumento hasta del 12 % de casos con relación antes de la pandemia (6)

En la Región Junín, según la Dirección Regional de Salud Junín (DIRESAJ) comunica que hubo un aumento hasta en un 25% depresión, ansiedad, estrés como consecuencia de la pandemia del Covid-19. Esta declaratoria de la pandemia no solamente ha afectado la salud física de las personas, sino que además conllevo a sufrir trastorno mental en más de 3 mil 554 personas; las mismas que han sido atendidos en los centros comunitarios de salud mental de la Región Junín, cuyo objetivo es brindar atención a la población en general ante problemas de violencia intrafamiliar, depresión, ansiedad, inclusive trastornos por estrés postraumático (7).

La comunidad de Chongos Bajo no está ajena a este problema porque según el Análisis Situacional de Salud (ASIS) del establecimiento de salud se tiene un aumento de trastornos de casos de salud mental como la depresión y estrés en los adolescentes que acuden a la Institución Educativa, lo cual nos ha motivado a realizar el estudio, para ello se han revisado investigaciones nacionales e internacionales.

Antecedentes nacionales: Tuesta A. Realizó un trabajo de investigación titulado estrés y depresión en adolescentes de la institución educativa Víctor Raúl Haya de la Torre – Víctor Larco, 2020. Obteniendo como resultados que presentaron un nivel de estrés bajo en el 12% de los encuestados, así mismo se tuvo un estrés moderado en un 69% de encuestados finalmente se obtuvo un estrés alto en el 19% de adolescentes encuestados. Con relación al nivel de depresión, el 85% presentaron depresión normal, así mismo presentaron depresión mínima o moderada en un 11% y en el 4% no se obtuvieron adolescentes con depresión severa a extrema. Conclusión, se determinó que existe relación entre el nivel de estrés y el nivel de depresión, según la prueba estadística del Chi² (8).

Toledo P. Realizó un trabajo de investigación titulado depresión, ansiedad y estrés en adolescentes de las instituciones educativas de Lima Norte, 2021. Obteniendo como resultados que el 82,4% de los encuestados presentaron síntomas de depresión, así mismo han presentado síntomas de ansiedad en el 84.5% de adolescentes finalmente en el 71.4% presentaron síntomas en estrés en niveles de leve a extremadamente severo. Conclusión: se determinó que existe relación directa y significativa entre la depresión, ansiedad y estrés, con un $p\text{-valor}=0.000<0.05$ y efecto grande entre las variables (9).

Palacios O. Realizó un trabajo de investigación titulado relación de depresión y ansiedad con rendimiento académico en estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria de las instituciones educativas: Nuestra Señora de la Asunción y Fermin Tanguis, Lima 2019. Obteniendo como resultados que la edad promedio de los adolescentes encuestados se encuentra en 16 años además presentaron rendimiento bajo. Así mismo se identificó relación significativa entre la ansiedad y el bajo rendimiento y no se encontró asociación significativa para el caso de la depresión. Conclusiones: se determinó que la ansiedad se encuentra relacionada como causal del bajo rendimiento mas no está considerado como causal la depresión (10).

Monasterio A. Realizó un trabajo de investigación titulado depresión en adolescentes de una institución educativa publica de Lima Metropolitana. 2019. Teniendo como resultados que el 72,1% de los adolescentes encuestados presentan síntomas de depresión, y esta se encuentra entre leve, moderada, moderadamente grave y grave siendo un problema grave en la población estudiada. Conclusión: se determinó que la depresión en la población estudiada es un reto para abordarlo en la salud pública con suma urgencia, caso contrario esta se desbordará y se hará más difícil realizar la prevención oportunamente (11).

Pacompi S. Realizó un trabajo de investigación titulado factores asociados a la depresión en adolescentes de 13 a 15 años de la institución educativa gran unidad escolar San Carlos Puno 2021. Obteniendo como resultados que existen determinantes psicológicos, sociales, y personales que se encuentran relacionadas con la depresión en adolescentes de 13 a 15 años de edad ($p<0.05$). Los determinantes sociales relacionados a la depresión, conlleva a la pérdida de un familiar y la desmotivación. Los determinantes psicológicos relacionados a la depresión, en la población estudiada se observa en el estado anímico y cuentan con padres violentos, así mismo la interacción familiar no se encuentra relacionada con la depresión. Las características personales que están relacionadas con la depresión, en la población de

estudio fue la presencia de alguna enfermedad grave, o también que han tenido como antecedente de padres depresivos no existe relación. Conclusión: se determinó que el nivel de depresión más frecuente ha sido leve en la institución educativa secundaria Gran Unidad Escolar San Carlos de Puno, seguida del nivel moderado y con menor incidencia el tipo grave (12).

Santamaria F. Realizó un trabajo de investigación titulado factores asociados a depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de secundaria de la I.E. José Jacobo Cruz Villegas-Catacaos, Piura durante la pandemia por COVID-19. Obteniendo como resultados, que el 45% corresponde al sexo masculino, la edad promedio fue de 14 años, así mismo el 70% presentaron una buena relación familiar, y al 1er grado correspondía un 30% por otro lado un 72% informaron que tienen una carga académica regular, así mismo presentaron buen rendimiento en un 53%, también se ha obtenido que un 34% de los encuestados han presentado algún familiar afectado por COVID-19, y por otro lado un 40% informaron que han tenido un familiar fallecida por Covid-19. Tal es así que el único factor que incremento el riesgo de padecer depresión, estrés, ansiedad ha sido la regular relación familiar, en relación a los presentaron una buena relación familiar. Conclusión: se determinó que al presentar una relación familiar regular incremento el riesgo de enfermar de depresión, estrés ansiedad y en adolescentes de secundaria, en relación a los que presentaron una buena relación familiar. Quizás no hubo diferencia en otras variables porque en el marco de pandemia por COVID-19 todos están afectados de manera uniforme (13).

Antecedentes internacionales: Pérez M, Fernández H, Enríquez C, López G, Ortiz I y Gómez T. Realizaron un trabajo de investigación titulado estrés, ansiedad, depresión y apoyo familiar en universitarios mexicanos durante la pandemia de COVID -19. México 2021. Obteniendo como resultados que se determinó la inexistencia de relación entre las variables estudiadas, sin embargo, si existe depresión en el 85.8 % de los encuestados, por otro lado, presentaron ansiedad en un 84 % de la población estudiada y estrés (77.4 %) en los adolescentes, pese a que presentaron de forma leve con el 61.3% y un nivel medio con el 62,3% de nivel bajo con apoyo familiar y una autonomía del 40,6%. Conclusión se determinó que los trastornos mentales como depresión, ansiedad y estrés repercuten en forma negativa sobre las diversas esferas de actuación personal de los adolescentes, lo que sugiere una intervención oportuna y preventiva (14).

Tijerina L, González E, Gómez M, Cisneros M, Rodríguez K y Ramos E. Realizaron un trabajo de investigación titulado depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la educación superior. México 2018. Obteniendo como resultados que el promedio de edad fue de 18 años, el mayor porcentaje del 80.8% pertenecían al sexo femenino y el otro porcentaje del 19.2% fueron varones. De esta población estudiada un 19.9% presento algún grado de ansiedad, así mismo presentaron algún grado de depresión un 36.9% y finalmente presentaron estrés un 19.8% de adolescentes. Conclusión de determinó que las pruebas de depresión, estrés y ansiedad están relacionadas, por otro la relación que existe entre el sexo y la depresión-ansiedad, ansiedad-estrés y depresión-ansiedad y en varones solo depresión-ansiedad (15).

Karki A, Thapa B, Pradhan P y Basel P. Realizaron un trabajo de investigación titulado depresión, ansiedad y estrés entre estudiantes de secundaria: un estudio transversal en un municipio urbano de Katmandú, Nepal 2022. Cuyos resultados demuestran que, en el modelo multivariable, el tipo de familia nuclear, los adolescentes de la facultad de ciencias o humanidades, la presencia de estrés académico percibido y el acoso electrónico se asociaron significativamente con la depresión. El sexo femenino, tener madre sin educación formal, estudiantes de facultades de ciencias o humanidades y la presencia de estrés académico percibido se asociaron significativamente con la ansiedad. Asimismo, el sexo femenino, vivir actualmente sin los padres y la presencia de estrés académico percibido se asociaron significativamente con el estrés. Conclusión se determinó que más de la mitad de los adolescentes tenían síntomas de depresión y ansiedad y casi un tercio de los estudiantes tenían síntomas de estrés (16).

Raman S, Naveen G, Manoj S, Ravleen B, Navpreet S y Dinesh K. Realizaron un trabajo de investigación titulado prevalencia de la depresión, la ansiedad y el estrés entre los adolescentes que van a la escuela en Chandigarh. India 2018. Objetivo fue encontrar el estado de salud mental de los adolescentes que van a la escuela en Chandigarh. Metodología de estudio, se utilizó encuesta transversal de estudiantes de cuatro clases de 9 a 12 que estudian en escuelas públicas. Participaron diez escuelas públicas en Chandigarh fueron seleccionadas aleatoriamente a través del método de lotería. En cada escuela, para cada una de las cuatro clases, se seleccionó nuevamente una sección al azar mediante el método de lotería. Se seleccionaron 40 estudiantes de cada escuela alcanzando un tamaño de muestra de 470. Resultados se obtuvieron que el 65,53% tenían depresión, el 80,85% tenían ansiedad

y el 47,02% presentaron estrese. En general, la comorbilidad entre depresión y ansiedad fue del 57,65%. La depresión extremadamente severa fue muy inferior (3%). La prevalencia de DAS fue mayor en mujeres. Para la depresión y la ansiedad, la edad pico fue de 18 años. Conclusiones, la prevalencia de depresión, ansiedad y estrés fue alta entre los adolescentes que van a la escuela en Chandigarh. Existe la necesidad de una identificación temprana y efectiva de DAS que pueda prevenir muchos trastornos psiquiátricos en su etapa inicial (17).

Alharbí R, Alsuhaibani K, Almarshad A y Alyahya A. Realizaron un trabajo de investigación titulado depresión y ansiedad estudiantes de secundaria en la región de Qassim. Reino de Arabia Saudita 2019. Cuyos resultados demuestran que en el estudio muestra que la depresión mediante el uso de (PHQ-9) entre los 1245 estudiantes, 325 (26,0%) no estaban deprimidos, 423 (34%) estaban levemente deprimidos, 306 (24,6%) estaban moderadamente deprimidos, mientras que 129 (10,4%) tenían depresión moderadamente severa y 62 (5,0%) tenían depresión severa. Ansiedad mediante el uso del cuestionario GAD-7, se reveló que, de 1245 estudiantes, 455 (36,5%) de ellos estaban sin ansiedad, 425 (34,1%) de ellos tenían ansiedad leve, 243 (19,5%) de ellos tenían ansiedad moderada y 122 (9,8%) tenían ansiedad severa. La depresión y la ansiedad, según sexo (valor de $p < 0,001$), muestran una relación significativa. Conclusión, se tiene que crear conciencia sobre la salud mental en nuestra comunidad, ya que la prevalencia de los trastornos mentales ha aumentado significativamente con el tiempo. Los servicios de salud deben brindar educación para la salud a los estudiantes sobre cómo lidiar con el estrés y la depresión a través del ejercicio y un buen sueño (18).

La teoría de enfermería que se utilizó fue de Callista Roy, quien describe que las personas como seres holísticos, con partes que funcionan como unidad con algún propósito, no en una relación causa-efecto. Los sistemas humanos incluyen a las personas como individuos, grupos, familias, comunidades, organizaciones, y a la sociedad como un todo. Los seres humanos se adaptan a través de procesos de aprendizaje adquiridos mucho tiempo atrás; por esta razón, la enfermera debe considerar a la persona como un ser único, digno, autónomo y libre, que forma parte de un contexto del cual no se puede separar. Este concepto está directamente relacionado con el de adaptación, de tal forma que la percepción que tiene de las situaciones a las cuales se enfrenta son individuales y diferentes para cada uno. Al realizar la valoración se destaca la necesidad de evaluar a la persona como un todo; la valoración del modo fisiológico y psicosocial constituye una oportunidad para conocer no solo su estado

de salud, sino también la percepción que tiene de la situación que está viviendo en este momento, cómo la está afrontando y cuáles son sus expectativas frente al cuidado de enfermería, para promover su adaptación (19).

Así mismo la base teórica que se utilizó en el presente estudio está basada en el estrés y depresión en adolescentes. Según Norma Técnica del Ministerio de Salud. El estrés es una sensación de tensión emocional o física. Estas se originan de diversas maneras como situaciones o ideas de sentirse frustrado, nervioso o furioso, por lo tanto, el estrés es una manifestación de reacción que tiene el cuerpo, sin embargo, el estrés puede ser positivo cuando es mínima que le ayuda a evitar el peligro, sin embargo, cuando esta permanece por mucho tiempo puede ser dañina para la salud, entonces el estrés es un sentimiento normal. Por otro lado, se tiene en cuenta que hay dos tipos de estrés uno que es agudo que se da a corto plazo luego desaparece rápidamente. Puede sentirlo cuando presiona los frenos, pelea con su pareja o esquía en una pendiente. Porque le ayuda a controlar las situaciones peligrosas. Sucede también cuando se hace una actividad nueva o emocionante. Por lo tanto, todos los seres humanos sienten estrés agudo en algún momento de su vida. En cambio, el estrés crónico tiene una duración más prolongada, por ejemplo, puede darse cuando problemas económicos, un matrimonio infeliz o problemas en el trabajo. Es decir, cualquier tipo de estrés que dura semanas o meses se considera estrés crónico. Es así que la persona puede acostumbrarse a este tipo de estrés que el individuo no se da cuenta que es un problema de salud mental, por lo tanto, es imprescindible controlarse porque podría conllevar a otros problemas que afecten su salud (20).

Signos del estrés, se pueden presentar muchos síntomas ya sean emocionales o físicos, incluso muchos de ellos pasan por desapercibido que son ocasionados por el estrés. Dentro de los signos y síntomas físicos podemos observar, diarrea o estreñimiento, falta de energía o concentración, mala memoria, dolores y dolores de cabeza, problemas para dormir o dormir demasiado, achaques frecuentes, problemas sexuales, cuello o mandíbula rígidos, cansancio, malestar de estómago, uso de alcohol o drogas para relajarse, inclusive pérdida o ganancia de peso (21).

La depresión es un trastorno mental que puede presentarse en cualquier etapa de la vida, sea niños, adolescentes, adultos o adultos mayores, muchas veces se sienten tristes, infelices, melancólicos, o derrumbados, es frecuente que las personas puedan sentirse así de vez en cuando, sin embargo la depresión al ser un trastorno del estado anímico interfiere con la vida

diaria ya sea por algunas semanas o más tiempo ya se considera como una depresión clínica que requiere ser tratado según protocolos y guías de salud mental. Algunos de los síntomas que puede mencionarse es el estado de ánimo irritable o bajo la mayoría de las veces, dificultad para conciliar el sueño o exceso de sueño, cambio exceso de apetito, incluso la actividad sexual se encuentra disminuida, sentimientos de inutilidad, odio a sí mismo y culpa, pérdida de placer en actividades que suelen hacerlo feliz, con frecuencia incremento o pérdida de peso, sentimientos de desesperanza o abandono, cansancio y falta de energía, dificultad para concentrarse, movimientos lentos o rápidos, inactividad y retraimiento de las actividades usuales, pensamientos repetitivos de muerte o suicidio (22).

La adolescencia es una fase de transición para llegar a la adultez, donde se producen muchos cambios físicos, psicológicos y es una etapa muy importante para el desarrollo de sus potencialidades, así como el aprendizaje. Por lo tanto, se considera esta etapa muy con muchos cambios e interrogantes, así como para sus padres y adultos cercanos (23).

Por lo expuesto, se formula la siguiente interrogante: ¿Cuál es la relación entre el estrés y depresión en adolescentes de la Institución Educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022?

Se justifica el estudio debido a que es conveniente, porque el presente estudio proporcionó un aporte sobre el estado actual de estrés y depresión que tienen los adolescentes de la institución educativa Secundaria de Chongos Bajo. Relevancia social: este estudio fue muy importante debido a que se beneficiaron con los resultados los adolescentes, padres y familiares cercanos. Implicancias prácticas: el estudio fue importante porque permitió determinar el grado de estrés más frecuente, así como el nivel de depresión que tienen los adolescentes de la Institución Educativa. Valor teórico: el estudio de investigación se formuló con la finalidad de dar respuesta a la interrogante formulada teniendo en cuenta sus elementos, así mismo contar la información sistematizada sobre el estrés y depresión. Unidad metodológica: al finalizar el presente estudio se tendrá en cuenta la aplicabilidad de los citados instrumentos en esta población así mismo formara parte de los antecedentes locales incluso como guía para continuar otros estudios similares.

El estudio tiene como objetivo general: Determinar la relación entre el estrés y depresión en adolescentes de la Institución Educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022.

Así mismo los objetivos específicos: identificar el nivel de estrés en adolescentes de la Institución Educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022.

Identificar el nivel de depresión en adolescentes de la Institución Educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022.

Hipótesis de investigación. Hi: Existe relación entre el estrés y depresión en adolescentes de la institución educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022.

Ho: No existe relación entre el estrés y depresión en adolescentes de la institución educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022.

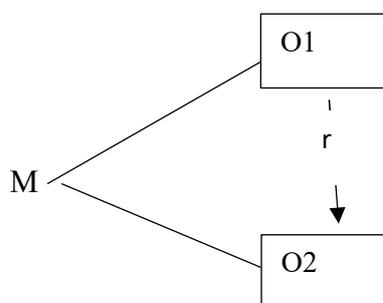
II. MÉTODO

2.1. Tipo y diseño de investigación:

EL tipo de investigación fue básico porque estuvo basada en el incremento de la información incluso para la elaboración de una teoría. Este estudio no estuvo dirigida a resolver problemas inmediatos, todo lo contrario, estuvo orientado a la acumulación o ampliación de la base de conocimientos de una disciplina por el conocimiento y la comprensión (24).

El diseño de investigación fue no experimental de tipo correlacional de corte transversal. Fue correlacional porque permitió relacionar las dos variables en estudio, así mismo no se realizará manipulación de variables. Por otro lado, fue de corte transversal porque se administró el instrumento una sola vez en el tiempo, es decir no se realizó seguimiento (25)

El diseño fue:



Donde:

M= adolescentes

O1= estrés

O2= depresión

r= relación

2.2. Operacionalización de las variables

(ver anexo 2)

2.3. Población, muestra y muestreo:

En el estudio la población estuvo constituida por 154 adolescentes de la Institución Educativa Santiago de León de Chongos Bajo de la provincia de Chupaca en el año 2022.

La muestra estuvo conformada por 110 adolescentes, la misma que se ha obtenido a través del muestreo probabilístico de tipo aleatorio simple. Según el siguiente detalle:

$$n_0 = \frac{Z^2 N \cdot P \cdot Q}{Z^2 P \cdot Q + (N - 1) E^2}$$

Cuando: $Z = 1.96$

$N = 154$

$P = 0.5$

$Q = 0.5$

$E = 0.05$

Muestra: 110

Una vez obtenido el número de la muestra, con el uso del padrón nominal de adolescentes, se ha elaborado balotas por cada uno de los estudiantes, y previo sorteo se han obtenido de la muestra de 110 adolescentes para la administración del instrumento.

2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.

Se utilizó la técnica de la encuesta para la recolección de datos de la variable 1 y 2, como instrumento fue un cuestionario elaborado y validado por Tuesta A. (26). Para la variable 1 se utilizó la escala de Magallanes (anexo 3) así mismo para la variable 2 se utilizó la escala de autovaloración de depresión de Zung en adolescentes (anexo 4)

La validez del instrumento ha sido realizada por el autor en mención siendo la validez de contenido para escala de Magallanes de $\alpha = 0.809 > 0.80$, el instrumento se consideró como bueno para su aplicación. Para escala de evaluación de Zung con un valor $\alpha = 0.880 > 0.80$ siendo bueno para su aplicación.

Para la confiabilidad el autor realizó la prueba piloto a 20 adolescentes con el estadístico de confiabilidad de Alfa de Cronbach, cuyos resultados fueron los siguientes: para Escala de Magallanes, se obtuvo $\alpha = 0.809 > 0.80$, el instrumento fue considerado como bueno para su aplicación. Para la escala de evaluación para depresión de Zung, recogió una valoración de $\alpha = 0.880 > 0.80$, donde el instrumento se consideró como bueno para su aplicación.

2.5. Procedimiento

Se solicitó autorización para la recolección de datos al director de la Institución Educativa Santiago León de Chongos Bajo de la provincia de Chupaca.

Se recolectó datos con la administración de los cuestionarios a la muestra de adolescentes seleccionados.

Se procesó la información obtenida con el apoyo del SPSSv25 y Excel, con la finalidad de la elaboración de tablas y figuras según los objetivos planteados en el estudio.

Se construyeron los resultados teniendo en cuenta los objetivos planteados en el estudio.

Así mismo se realizó la discusión de los resultados haciendo uso de la técnica de la triangulación en base a los objetivos planteados.

Finalmente, se elaboraron las conclusiones como dando respuesta a cada objetivo planteado y se diseñaron recomendaciones en base a cada conclusión.

2.6. Método de análisis de datos

En el estudio se usó el método descriptivo, en cambio para realizar el análisis e interpretación de los datos obtenidos se usó la estadística descriptiva con el apoyo paquete estadístico SPSS v25 y el Excel. Para la prueba de hipótesis se utilizó la prueba de Rho de Spearman.

2.7. Aspectos éticos

Para el cumplimiento de los aspectos éticos en el estudio se usó el formato del consentimiento informado dirigido a los padres de los adolescentes de la Institución Educativa Santiago león de Chongos Bajo. Así mismo se respetarán los principios básicos de la bioética como son: no maleficencia, justicia, autonomía y beneficencia. Aplicándose de la siguiente manera.

Con la no maleficencia, se ha considerado que el estudio no causara daño alguno a los participantes del estudio.

Con la justicia, que todos los adolescentes han tenido la misma oportunidad de participar en el estudio sin discriminación alguna.

Con la autonomía, se respetó su decisión de participar en el estudio y podría haberse retirado si en caso así lo hubiera decidido.

Con la beneficencia, se indicó que con los resultados del estudio se beneficiarían y además estas se manejaran con bastante confidencial y anónima sus resultados.

III. RESULTADOS

Tabla 1

Estrés y depresión en adolescentes de la Institución Educativa Santiago León de Chongos
Bajo – Chupaca, 2022.

Variable 1	Categorías	Variable 2. Depresión			Total
		Normal	Moderada	Marcada	
Estrés	Bajo	67 60,9%	5 4,5%	2 1,8%	74 67,3%
	Moderado	13 11,8%	15 13,6%	5 4,5%	33 30,0%
	Alto	1 0,9%	2 1,8%	0 0%	3 2,7%
	Total	81 73,6%	22 20%	7 6,4%	110 100,0%

Fuente: cuestionario de recolección de datos

En la tabla 1 se observa de 110 (100%) adolescentes encuestados de la Institución Educativa Santiago León de Chongos Bajo de Chupaca que el mayor porcentaje del 60,9% (n=67) presentan estrés bajo sin depresión, así mismo el 13,6% (n=15) presentan estrés moderado con depresión moderada, finalmente 1,8%(n=2) presentan un nivel de estrés alto con depresión moderada.

Tabla 2

Nivel de estrés en adolescentes de la Institución Educativa Santiago León de Chongos Bajo
– Chupaca, 2022.

Niveles	Frecuencia	%
Estrés bajo	74	67,3
Estrés moderado	33	30.0
Estrés alto	3	2,7
Total	110	100,0

Fuente: cuestionario de recolección de datos

En la tabla 2 se observa de 110 (100%) adolescentes encuestados de la Institución Educativa Santiago León de Chongos Bajo de Chupaca que el mayor porcentaje del 67,3% (n=74) presenta un nivel estrés bajo, seguida del 30% (n=33) con un nivel de estrés moderado finalmente un 2,7% (n=3) con un nivel de estrés alto.

Tabla 3

Nivel de depresión en adolescentes de la Institución Educativa Santiago León de Chongos
Bajo – Chupaca, 2022.

Niveles	Frecuencia	%
Normal	81	73,6
Depresión moderada	22	20.0
Depresión marcada	7	6,4
Total	110	100.0

Fuente: cuestionario de recolección de datos

En la tabla 3 se observa de 110 (100%) adolescentes encuestados de la Institución Educativa Santiago León de Chongos Bajo de Chupaca que el mayor porcentaje del 73,6% (n=81) tienen un nivel de depresión normal, mientras que el 20% (n=22) presentan depresión moderada y 6,4% (n=7) presentan un nivel de depresión marcada.

Prueba de hipótesis

Hi. Existe relación entre el estrés y depresión en adolescentes de la institución educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022.

Ho: No existe relación entre el estrés y depresión en adolescentes de la institución educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022.

Tabla 4

Relación entre el estrés y depresión en adolescentes de la institución educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022.

			Estrés	Depresión
Rho de Spearman	Estrés	Coefficiente de correlación	1,000	,539**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	110	110
	Depresión	Coefficiente de correlación	,539**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	110	110

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 4 se observa el resultado de la correlación según Rho de Spearman 0,539, lo que nos indica una correlación entre moderada y alta positiva con un nivel de significancia de $p=0,000$ y siendo ($\alpha= 0.05$) por lo tanto se rechaza hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, es decir existe relación entre el estrés y depresión en adolescentes de la institución educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022.

IV. DISCUSION

En la tabla 1 se observa de 110 (100%) adolescentes encuestados de la Institución Educativa Santiago León de Chongos Bajo de Chupaca que el mayor porcentaje del 60,9% (n=67) presentan un nivel de estrés bajo sin depresión, así mismo según Rho de Spearman 0,539, indicándonos una correlación alta positiva y una significancia de 0,05 siendo mayor que $p=0,000$, por lo tanto, se rechaza a hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Estos resultados son similares al estudio realizado por Tuesta A, quien concluye que se determinó que existe relación entre el nivel de estrés y el nivel de depresión, según la prueba estadística del Chi 2. También es similar al estudio realizado por Toledo P, quien determinó que existe relación directa y significativa entre la depresión y estrés.

El estrés es una sensación de tensión emocional o física y estas se originan de diversas maneras como situaciones o ideas de sentirse frustrado, nervioso o furioso, por lo tanto, el estrés es una manifestación de reacción que tiene el cuerpo, sin embargo, el estrés puede ser positivo cuando es mínima que le ayuda a evitar el peligro, sin embargo, cuando esta permanece por mucho tiempo puede ser dañina para la salud, entonces el estrés es un sentimiento normal. Por otro lado, se tiene en cuenta que hay dos tipos de estrés uno que es agudo que se da a corto plazo luego desaparece rápidamente. Puede sentirlo cuando presiona los frenos, pelea con su pareja o esquía en una pendiente. Porque le ayuda a controlar las situaciones peligrosas. Sucede también cuando se hace una actividad nueva o emocionante. Por lo tanto, todos los seres humanos sienten estrés agudo en algún momento de su vida. En cambio, el estrés crónico tiene una duración más prolongada, por ejemplo, puede darse cuando problemas económicos, un matrimonio infeliz o problemas en el trabajo. Es decir, cualquier tipo de estrés que dura semanas o meses se considera estrés crónico. Es así que la persona puede acostumbrarse a este tipo de estrés que el individuo no se da cuenta que es un problema de salud mental, por lo tanto, es imprescindible controlarse porque podría conllevar a otros problemas que afecten su salud (19).

En la tabla 2 se observa de 110 (100%) adolescentes encuestados de la Institución Educativa Santiago León de Chongos Bajo de Chupaca que el mayor porcentaje del 67,3% (n=74) presenta un nivel de estrés bajo. Este resultado es diferente al estudio realizado por Tuesta A, quien demostró que se tuvo un estrés moderado en un 69% de encuestados. También es diferente al estudio realizado por Toledo P, quien identificó que el 71,4% presentaron síntomas en estrés en niveles de leve a extremadamente severo.

Signos del estrés, se pueden presentar muchos síntomas ya sean emocionales o físicos, incluso muchos de ellos pasan por desapercibido que son ocasionados por el estrés. Dentro de los signos y síntomas físicos podemos observar, diarrea o estreñimiento, falta de energía o concentración, mala memoria, dolores y dolores de cabeza, problemas para dormir o dormir demasiado, achaques frecuentes, problemas sexuales, cuello o mandíbula rígidos, cansancio, malestar de estómago, uso de alcohol o drogas para relajarse, inclusive pérdida o ganancia de peso (20).

En la tabla 3 se observa de 110 (100%) adolescentes encuestados de la Institución Educativa Santiago León de Chongos Bajo de Chupaca que el mayor porcentaje del 73,6% (n=81) depresión normal. Este resultado es similar al estudio realizado por Tuesta A, quien determinó que el 85% presentaron depresión normal. Por otro lado, es diferente al estudio elaborado por Pacompia S, quien determinó que el nivel de depresión más frecuente ha sido leve en la institución educativa secundaria Gran Unidad Escolar San Carlos de Puno. Así mismo es diferente al estudio realizado por Raman S., Naveen G, Manoj S, Ravleen B, Navpreet S y Dinesh K, quienes concluyeron que el 65,53% tenían depresión.

La depresión es un trastorno mental que puede presentarse en cualquier etapa de la vida, sea niños, adolescentes, adultos o adultos mayores, muchas veces se sienten tristes, infelices, melancólicos, o derrumbados, es frecuente que las personas puedan sentirse así de vez en cuando, sin embargo la depresión al ser un trastorno del estado anímico interfiere con la vida diaria ya sea por algunas semanas o más tiempo ya se considera como una depresión clínica que requiere ser tratado según protocolos y guías de salud mental. Algunos de los síntomas que puede mencionarse es el estado de ánimo irritable o bajo la mayoría de las veces, dificultad para conciliar el sueño o exceso de sueño, cambio exceso de apetito, incluso la actividad sexual se encuentra disminuida, sentimientos de inutilidad, odio a sí mismo y culpa, pérdida de placer en actividades que suelen hacerlo feliz, con frecuencia incremento o pérdida de peso, sentimientos de desesperanza o abandono, cansancio y falta de energía, dificultad para concentrarse, movimientos lentos o rápidos, inactividad y retraimiento de las actividades usuales, pensamientos repetitivos de muerte o suicidio (21).

V. CONCLUSIONES

1. Se determinó que existe relación entre el estrés y depresión en adolescentes de la institución educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022, según Rho de Spearman 0,539 y significancia de 0,05.
2. Se identificó que el nivel de estrés en adolescentes de la Institución Educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022, fue bajo con el 67,3%
3. Se identificó que el nivel de depresión en adolescentes de la Institución Educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022, fue normal con el 73,6%

VI. RECOMENDACIONES

1. Se sugiere que el área de psicología de la Institución Educativa realice charlas dirigidas a los profesores y a los padres de familia, para poder dar conocer la importancia del empleo de medidas estratégicas para mejorar y elevar la autoeficacia para el afrontamiento del estrés y depresión.
2. Se propone a la Institución Educativa que realice la intervención con apoyo del centro de salud de Chupaca por intermedio de sus promotores de salud, para realizar un seguimiento domiciliario a los adolescentes en riesgo que presenten trastornos emocionales, tales como el estrés y depresión.
3. Se sugiere que sigan realizando investigaciones sobre el estrés y depresión en adolescentes, que se incorporen otras variables como los factores de riesgo tales como disfuncionalidad familiar o violencia de género.

REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. Depresión. [Online].; 2021 [cited 2022 setiembre 30]. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>.
2. Organización Mundial de la Salud. Salud mental del adolescente. [Online].; 2021 [cited 2022 setiembre 30]. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>.
3. Dual FP. La salud mental del adolescente. [Online].; 2021 [cited 2022 setiembre 30]. Available from: <https://fundacionpatologiadual.org/la-salud-mental-del-adolescente-factores-estresantes/#:~:text=Entre%20los%20factores%20que%20pueden,y%20uso%20de%20la%20tecnolog%C3%ADa>.
4. UNICEF. Adolescentes sufren de trastornos mentales. [Online].; 2019 [cited 2022 setiembre 30]. Available from: <https://www.unicef.org/mexico/comunicados-prensa/m%C3%A1s-del-20-de-los-adolescentes-de-todo-el-mundo-sufren-trastornos-mentales>.
5. Ministerio de Salud. Adolescentes en riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional. [Online].; 2021 [cited 2022 octubre 1]. Available from: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional>.
6. Ministerio de Salud. Mas de 300 mil casos de depresion. [Online].; 2022 [cited 2022 octubre 1]. Available from: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/575899-minsa-mas-de-300-mil-casos-de-depresion-fueron-atendidos-durante-el-2021>.
7. DIRESAJ. Incremento de depresión y estrés. [Online].; 2022 [cited 2022 octubre 1]. Available from: http://www.diresajunin.gob.pe/noticia/id/2020100922_junin_en_25_se_incrementa_la_an_siedad_depresin_y_estrs_a_consecuencia_del_covid19/.
8. Tuesta A.. Estrés y depresión en adolescentes de la institución educativa Víctor Raúl Haya de la Torre - Víctor Larco, 2020. [Online].; 2020 [cited 2022 Setiembre 16]. Available from: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/45817/Tuesta_AAS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
9. Toledo P. Depresión, ansiedad y estrés en adolescentes de las instituciones educativas de Lima Norte, 2021. [Online].; 2022 [cited 2022 Setiembre 16]. Available from: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/89275/Toledo_QPM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

10. Palacios O.. Relación de depresión y ansiedad con rendimiento académico en estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria de las instituciones educativas: Nuestra Señora de la Asunción y Fermin Tanguis, 2019. [Online].; 2021 [cited 2022 Setiembre 16. Available from: https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/3998/T030_47876122_T%20%20%20PALACIOS%20CAYCHO%20OLGA%20JOSEFINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
11. Monasterio A.. Depresión en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana. [Online].; 2019 [cited 2022 Setiembre 16. Available from: <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/9b9c5ead-5be3-4149-8cdc-3b7f779bfeb1/content>.
12. Pacompia S. Factores asociados a la depresión en adolescentes de 13 a 15 años de la institución educativa gran unidad escolar San Carlos Puno 2021. [Online].; 2022 [cited 2022 Setiembre 16. Available from: http://repositorio.upsc.edu.pe/bitstream/handle/UPSC%20S.A.C./136/Sof%C3%ADa_PACOMPIA_QUISPE.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
13. Santamaria F. Factores asociados a depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de secundaria de la I.E José Jacobo Cruz Villegas- Catacaos, durante la pandemia por COVID-19. [Online].; 2021 [cited 2022 Setiembre 16. Available from: <https://repositorio.unp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12676/2979/MHUM-SAN-FLO-2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
14. Pérez M., Fernández H., Enriquez C., López G., Ortiz I. y Gómez T. Estrés, ansiedad, depresión y apoyo familiar en universitarios mexicanos durante la pandemia de COVID-19. Salud Uninorte. 2021 Julio; 37(3).
15. Tijerina L., González E., Gómez M., Cisneros M., Rodríguez K. y Ramos E. Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la educación superior. Revista Salud Pública y Nutrición RESPYN. 2018 Noviembre; 17(4).
16. Karki A., Thapa B., Pradhan P. y Basel P. Depresión, ansiedad y estrés entre estudiantes de secundaria: un estudio transversal en un municipio urbano de Katmandú, Nepal. PLOS Glob Public Health. 2022 Mayo; 2(5).
17. Raman S., Naveen G., Manoj S., Ravleen B., Navpreet S. y Dinesh K. Prevalencia de la depresión, la ansiedad y el estrés entre los adolescentes que van a la escuela en Chandigarh. Journal of Family Medicine and Primary Care. 2017 Junio; 6(2).
18. Alharbí R., Alsuhaibani K., Almarshad A. y Alyahya A. Depresión y ansiedad entre estudiantes de secundaria en la región de Qassim. Journal of Family Medicine and Primary Care. 2019 Febrero; 8(2).

19. Diaz L, Duran M, Gallego P, y et al. Análisis de los conceptos del modelo de adaptación de Callista Roy. [Online].; 2002 [cited 2023 enero 15. Available from: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972002000100004.
20. MedlinePlus. Estrés. [Online].; 2019 [cited 2022 octubre 1. Available from: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003211.htm#:~:text=El%20estr%C3%A9s%20es%20un%20sentimiento,a%20un%20desaf%C3%ADo%20o%20demanda>.
21. MedlinePlus. Signos del estrés. [Online].; 2020 [cited 2022 octubre 1. Available from: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003211.htm#:~:text=El%20estr%C3%A9s%20es%20un%20sentimiento,a%20un%20desaf%C3%ADo%20o%20demanda>.
22. MedlinePlus. Depresión. [Online].; 2020 [cited 2022 octubre 1. Available from: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003213.htm>.
23. UNICEF. La adolescencia. [Online].; 2020 [cited 2022 octubre 2. Available from: <https://www.unicef.org/uruguay/que-es-la-adolescencia>.
24. Carrasco S.. Metodología de la Investigación Científica. 6th ed. 1 , editor. Lima: San Marcos; 2014.
25. Hernández H, Fernández C, Baptista P. Metodología de la investigación. 6th ed. México , editor. México: GawHill; 2014.
26. Tuesta A.. Estrés y depresión en adolescentes de la Institución Educativa Victor Raul Haya de la Torre-Victor Larco, 2020. Tesis para obtener el título de licenciada en enfermería. Trujillo: Institución Educativa, Peru; 2020.

ANEXOS

Anexo 1

Matriz de consistencia

Título: Estrés y depresión en adolescentes de la Institución Educativa Santiago León de Chongos Bajo- Chupaca, 2022.

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
<p>Problema General</p> <p>¿Cuál es la relación entre el estrés y depresión en adolescentes de la institución educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022?</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar la relación entre el estrés y depresión en adolescentes de la institución educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022.</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Hi. Existe relación entre el estrés y depresión en adolescentes de la institución educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022.</p>	<p>Variable 1</p> <p>Estrés</p> <p>Variable 2</p> <p>Depresión</p>	<p>Tipo de investigación:</p> <p>Básico</p> <p>Nivel de investigación:</p> <p>Correlacional</p> <p>Diseño:</p> <p>No experimental de corte transversal.</p> <p>Población de estudio: 154 adolescentes de la I.E. Santiago león de Chongos Bajo.</p> <p>Muestra: 110 adolescentes</p> <p>Tipo de muestreo:</p> <p>Probabilístico de tipo aleatorio simple</p> <p>Técnicas e instrumentos:</p> <p>Variable 1: encuesta y cuestionario</p> <p>Variable 2: encuesta y cuestionario.</p>
<p>Problemas específicos:</p> <p>¿Cuál es el nivel de estrés en adolescentes de la institución educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022?</p> <p>¿Cuál es el nivel de depresión en adolescentes de la institución educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022?</p>	<p>Objetivos Específicos</p> <p>Identificar el nivel de estrés en adolescentes de la institución educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022.</p> <p>Identificar el nivel de depresión en adolescentes de la institución educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022.</p>	<p>Ho: No existe relación entre el estrés y depresión en adolescentes de la institución educativa Santiago León de Chongos Bajo – Chupaca, 2022.</p>		

Anexo 2

Operacionalización de la variable

Variables	Definición conceptual	Dimensiones	Valor final	Medición de la variable	Escala de medición
Variable 1 Estrés	El estrés viene a ser las reacciones de alarma, donde el adolescente se encuentra “agobiado por mil cosas”, teniendo como consecuencia fallas en las estrategias de adaptación, se caen y donde son visibles las respuestas emocionales, actitudinales, y cognoscitivas.	Fisiológicas Físicas Psicológicas Comportamentales	Siempre A veces Nunca	Nivel alto. 35-45 puntos Nivel moderado: 25-34 puntos Nivel bajo: 15-25 puntos	Ordinal Politómica
Variable 2 Depresión	La Organización Mundial de la Salud (OMS), la define como un trastorno emocional, caracterizado por una profunda tristeza sentimiento de culpabilidad, falta de concentración e inapetencia, insomnio y sensación de cansancio.	Afectivos Físicos Cognitivos Psicológicos	Poco tiempo Algo de tiempo Una buena parte del tiempo La mayor parte del tiempo	Normal: < 50 Depresión mínima a moderada de 50 a 59 Depresión moderada a marcada 60-69 Depresión severa a extrema > 70	Ordinal Politómica

Anexo 3

Escala Magallanes de nivel de estrés en adolescentes

Elaborado por: García M, Magas A

Datos personales

Edad: a) 12 a 14 años b) 15 a 17 años

Instrucciones:

Por favor marca con un aspa (X) la casilla correspondiente:

S	AV	N
Siempre	A veces	Nunca

	Ítems	S	AV	N
1	Me ha costado mucho concentrarme en lo que hacia			
2	Me cansaba con facilidad			
3	Me irritaba cualquier contrariedad			
4	Me costaba empezaba a dormir			
5	Tuve sueños que me inquietaban			
6	Me desperté una o más veces en la noche			
7	Tuve diarrea o estreñimiento			
8	Me desperté con la sensación de no haber descansado			
9	Tuve dolores en alguna parte del cuerpo			
10	Me resfrié			
11	Se me olvidan las cosas			
12	Me costaba mucho estar tranquilo y relajado			
13	Me he mordido las uñas			
14	He tenido algún tic o tics			
15	He comido mucho menos, o mucho más de lo que antes comía			

Gracias por su colaboración

Anexo 4

Escala de autovaloración de depresión de ZUNG en adolescentes

Elaborado por: Zung

Instrucciones:

Es una encuesta anónima, es para conocer el nivel de depresión.

Por favor marca con un aspa (X) la columna correspondiente:

N°	Ítems	Poco tiempo	Algo de tiempo	Una parte del tiempo	La mayor parte del tiempo
1	Me siento decaído y triste				
2	Por la mañana es cuando me siento mejor				
3	Siento ganas de llorar o rompo en llanto				
4	Tengo problemas para dormir por las noches				
5	Como la misma cantidad de siempre				
6	Aún tengo deseos sexuales				
7	He notado que estoy perdiendo peso				
8	Tengo problemas de estreñimiento				
9	Mi corazón late más rápido de lo normal				
10	Me canso sin razón alguna				
11	Mi mente está clara como siempre				
12	Me es fácil hacer lo que siempre hacia				
13	Me siento agitado y no puedo estar quieto				
14	Siento esperanza en el futuro				
15	Estoy más irritable de lo normal				
16	Me es fácil tomar decisiones				
17	Siento que soy útil y necesario				
18	Encuentro agradable vivir				
19	Creo que sería mejor para los demás si estuviera muerto				
20	Todavía disfruto de las cosas que disfrutaba antes				

Anexo 5

Consentimiento informado

He leído el documento, entiendo las declaraciones contenidas en él y la necesidad de hacer constar mi consentimiento, para lo cual lo firmo libre y voluntariamente, recibiendo en el acto copia de este documento ya firmado.

Yo, (nombres y apellidos o seudónimo), con DNI N°....., de nacionalidad....., mayor de edad o autorizado por mi representante legal, con domicilio en, consiento en participar en la investigación denominada:

Estrés y depresión en adolescentes de la Institución Educativa Santiago León de Chongos Bajo- Chupaca, 2022.

He sido informado de los objetivos de la investigación.

Para lo cual firmo al pie en señal de conformidad.



_____.

Apellidos y Nombres/Firma

Huella digital

DNI:

Anexo 6



SOLICITO: Permiso para realizar Trabajo de Investigación

MINISTERIO DE EDUCACIÓN	
UGEL - CHUPACA	
I.E. "SANTIAGO LEÓN" - CHONGOS BAJO	
Expediente N°.....	Folios.....
Fecha 16/12/2022.....	Hora.....

**SEÑOR EDGAR OSCAR QUIÑONEZ DIAZ
DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SANTIAGO LEÓN DE CHONGOS
BAJO - CHUPACA**

Yo, **YESSICA MALENI BASTIDAS ORDOÑEZ** identificada con DNI N° 47526705, CÓDIGO N° 1718121 con domicilio Jr. Benigno Dorregaray S/N - provincia de Chupaca y **LIZBETH CHUQUILLANQUI CERRON** identificada con DNI N° 72125171, CODIGO N° 1716056 con domicilio Av. Mariscal Caseres N° 299. Ante Ud. respetuosamente me presento y expongo:

Que habiendo culminado la carrera profesional de **ENFERMERIA** en la Universidad Privada de Huancayo "Franklin Roosevelt", solicito a Ud. permiso para realizar trabajo de Investigación a los estudiantes de la **Institución Educativa Santiago León de Chongos Bajo** aplicando una encuesta con fines de investigación, el trabajo de Investigación denominado: "**ESTRES Y DEPRESIÓN EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SANTIAGO LEON DE CHONGOS BAJO - CHUPACA, 2022**", es importante señalar que esta actividad con conlleva ningún gasto para la institución educativa y que se tomara los resguardos necesarios para interferir con el normal funcionamiento de las actividades ya que la Investigación lo realizamos para optar el grado de Licenciada en Enfermería.

Se adjunta.

Número de celular.
900160602 – 936377893

Correo electrónico de los autores.
yessi1993Bas@gmail.com
lizbeth.09.cerron99@gmail.com

POR LO EXPUESTO:

Ruego a usted acceder a mi solicitud.

Chupaca, 02 de Diciembre del 2022.

YESSICA MALENI BASTIDAS ORDOÑEZ
DNI N° 47526705

LIZBETH CHUQUILLANQUI CERRON
DNI N° 72125171

Anexo 7
Galería de fotografías



Institución Educativa Santiago León Chongos Bajo de la provincia de Chupaca



Se brinda las indicaciones a los adolescentes para e llenado de los cuestionarios



Se orienta a los adolescentes para el llenado de los cuestionarios



Se orienta a los adolescentes para el llenado de los cuestionarios