



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

Facultad de
ESTOMATOLOGÍA

NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PREGRADO DE
ODONTOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PERUANA, 2026

ACADEMIC STRESS LEVEL IN UNDERGRADUATE DENTISTRY
STUDENTS AT A PERUVIAN UNIVERSITY, 2026

TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL PARA OPTAR EL TÍTULO DE
PROFESIONAL DE CIRUJANO DENTISTA

AUTOR

NAYELI ARLI LUNA CASTILLEJO

ASESOR

DANIEL KEVIN PEREZ ALVAREZ

LIMA-PERÚ

2026

ASESOR DEL TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

Mg. Esp. Daniel Kevin Perez Alvarez

Departamento Académico de Odontología Social

ORCID: 0009-0003-7363-8558

Fecha de aprobación: 22 de enero del 2026

Calificación: Aprobado

DEDICATORIA

A Dios, por ser mi guía constante y brindarme la fortaleza y la fe necesarias para culminar esta etapa.

A mi madre, por su apoyo incondicional, su amor y confianza permanente, que fueron fundamentales para alcanzar este logro.

A mi familia y a mis amistades, por su comprensión, apoyo constante y acompañamiento durante esta etapa de formación profesional.

Y a mi padre, cuyo recuerdo y ejemplo han sido una inspiración permanente en mi camino profesional.

AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Peruana Cayetano Heredia, por la formación académica y profesional brindada a lo largo de mi carrera.

A los docentes de la carrera, por sus enseñanzas, dedicación y compromiso con mi formación.

De manera especial, agradezco a mi asesor, el Dr. Daniel Kevin Pérez Álvarez, por su orientación, apoyo y valiosas observaciones, que contribuyeron al desarrollo y culminación del presente trabajo de investigación.

DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERÉS

El autor declara no tener ningún conflicto de interés

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD

La egresada:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES
1.	LUNA CASTILLEJO NAYELI ARLI

Pertenece al programa de la **CARRERA PROFESIONAL DE ESTOMATOLOGÍA**, autora del trabajo titulado: **NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PREGRADO DE ODONTOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PERUANA, 2026**, el cual ha sido elaborado y aprobado, según corresponda, para optar por el **TÍTULO PROFESIONAL DE CIRUJANO DENTISTA** bajo la modalidad de **TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL**

En calidad de docente asesor de la Universidad Peruana Cayetano Heredia:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES DEL DOCENTE	FACULTAD	NIVEL DE ASESORÍA
1.	PEREZ ALVAREZ DANIEL KEVIN	ESTOMATOLOGÍA	ASESOR

Declaro que el contenido del presente documento es original y que las citas y referencias a otros autores cumplen con las normas académicas establecidas. En ese sentido, hacemos constar que:

- El documento presenta un porcentaje de similitud de **23%**, según el reporte emitido por el software **Turnitin®** (identificador de entrega: **trn:oid:::1:3485190380**; fecha de entrega: **18-02-2026**).
- Tras una revisión detallada del reporte y del contenido del trabajo en cuestión, no se han identificado indicios de plagio.
- Se certifica que el documento respeta los principios de integridad académica y cumple con los requisitos institucionales de originalidad.

Lugar y fecha: **Lima, 18 de febrero de 2026**

Firma del asesor
N° DNI: 72474157
ORCID: 0009-0003-7363-8558



TABLA DE CONTENIDOS

	Pág.
Resumen	
Abstract	
I. Introducción	1
II. Objetivos	3
III. Materiales y Métodos	4
IV. Resultados esperados	9
V. Conclusiones	10
VI. Referencias Bibliográficas	11
VII. Presupuesto y Cronograma	14
Anexos	

RESUMEN

Introducción: El estrés académico constituye una problemática frecuente en estudiantes universitarios, especialmente en carreras de ciencias de la salud como Odontología, debido a las exigencias académicas y clínicas propias del proceso de formación profesional. La presencia de niveles elevados de estrés académico puede afectar el bienestar psicológico y el desempeño académico de los estudiantes, por lo que resulta importante conocer su magnitud en el contexto universitario peruano.

Objetivo: Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de pregrado de Odontología de una universidad peruana durante el año 2026.

Materiales y métodos: El estudio fue de enfoque cuantitativo, descriptivo, con diseño no experimental y de corte transversal. La población estuvo constituida por estudiantes de pregrado de Odontología matriculados durante el año 2026, y la muestra incluyó a aquellos que aceptaron participar voluntariamente. La recolección de datos se realizó mediante el Inventario SISCO de Estrés Académico, instrumento validado en población universitaria peruana, además de una ficha sociodemográfica que incluyó las variables edad, sexo y año de estudio. El análisis de los datos se realizó mediante estadística descriptiva. **Conclusiones:** El estudio permitirá evidenciar la presencia de diferentes niveles de estrés académico en estudiantes de pregrado de Odontología, aportando información relevante para la comprensión de esta problemática y constituyéndose en una base para la implementación de estrategias de apoyo académico y promoción del bienestar estudiantil en el ámbito universitario.

Palabras claves: Estrés Psicológico; Estudiantes; Odontología; Educación Superior.

ABSTRACT

Introduction: Academic stress is a frequent problem among university students, particularly in health sciences programs such as Dentistry, due to the academic and clinical demands inherent to professional training. High levels of academic stress may negatively affect students' psychological well-being and academic performance, making it important to determine its magnitude in the Peruvian university context. **Objective:** To determine the level of academic stress among undergraduate Dentistry students at a Peruvian university during the year 2026. **Materials and methods:** This was a quantitative, descriptive study with a non-experimental, cross-sectional design. The population consisted of undergraduate Dentistry students enrolled during 2026, and the sample included those who voluntarily agreed to participate. Data were collected using the SISCO Academic Stress Inventory, a validated instrument for university populations, along with a sociodemographic questionnaire that included age, sex, and year of study. Data analysis was performed using descriptive statistics. **Conclusions:** This study will allow the identification of different levels of academic stress among undergraduate Dentistry students, providing relevant information for understanding this problem and serving as a basis for the development of academic support strategies and the promotion of student well-being in the university setting.

Keywords: Psychological Stress; Students; Dentistry; Higher Education.

I. INTRODUCCIÓN

El estrés se entiende como una respuesta del organismo que se produce cuando la persona percibe que las demandas del entorno superan sus recursos para afrontarlas, manifestándose a través de cambios físicos, psicológicos y conductuales (1,2). Si bien esta respuesta puede resultar adaptativa en determinadas circunstancias, su presencia constante o en niveles elevados se asocia con efectos negativos sobre la salud y el desempeño general (1,2). En el ámbito universitario, el estrés se presenta con alta frecuencia debido a factores como la carga académica, la evaluación permanente y la presión por alcanzar un rendimiento adecuado (3,6). En este contexto, la formación en Odontología se caracteriza por integrar contenidos teóricos con actividades clínicas, lo que incrementa las exigencias académicas y, en consecuencia, la probabilidad de desarrollar estrés durante el proceso formativo (4,7).

El estrés académico se concibe como un proceso que se desencadena cuando el estudiante valora las demandas del entorno universitario como estresantes, generando un estado de desequilibrio que se manifiesta a través de diversas reacciones (3,5). Este proceso comprende distintos componentes, entre los que se incluyen los estresores académicos, como los exámenes, la acumulación de tareas, la gestión del tiempo y las actividades prácticas; los síntomas de carácter físico, emocional y cognitivo; así como las estrategias de afrontamiento empleadas para manejar el estrés, las cuales pueden ser adaptativas o no adaptativas (5,6). Desde esta perspectiva, el estrés académico no se limita a su simple presencia, sino que puede evaluarse en diferentes niveles de intensidad, lo que permite su medición

objetiva mediante instrumentos validados en población universitaria, como el Inventario SISCO (5).

La evidencia científica señala que los estudiantes de Odontología presentan con frecuencia niveles de estrés académico que varían entre moderados y altos, los cuales se asocian a factores como el ciclo de estudios, el sexo y las exigencias académicas y clínicas propias de la carrera (4,7–10). Asimismo, se ha descrito que el estrés académico puede generar consecuencias desfavorables, entre ellas la disminución del rendimiento académico, el agotamiento y el malestar psicológico, afectando el adecuado desarrollo de la formación profesional (4,9,10). En el contexto peruano, investigaciones previas han evidenciado la presencia de esta problemática en estudiantes de Odontología; sin embargo, la información reciente y específica continúa siendo limitada, lo que pone de manifiesto la necesidad de seguir investigando este fenómeno en dicha población (11,12).

La medición del nivel de estrés académico en estudiantes de Odontología resulta relevante para orientar acciones preventivas, programas de apoyo psicológico y estrategias de tutoría académica que contribuyan a mejorar el entorno formativo y el bienestar estudiantil (6,13). Del mismo modo, permite generar evidencia útil para la toma de decisiones institucionales dirigidas a reducir el riesgo de problemas como el agotamiento académico. En este marco, el presente estudio busca responder la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es el nivel de estrés académico en estudiantes de pregrado de Odontología de una universidad peruana durante el año 2026?

II. OBJETIVOS

Objetivo general

Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de pregrado de odontología de una universidad peruana durante el año 2026.

Objetivos específicos

- a. Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de pregrado de odontología según el año de estudio, durante el año 2026.
- b. Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de pregrado de odontología según el sexo de estudio, durante el año 2026.
- c. Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de pregrado de odontología según la edad considerada como variable continua, durante el año del 2026.

III. MATERIALES Y MÉTODOS

Tipo de estudio

Transversal

Población y muestra

La población estará conformada por todos los estudiantes matriculados en el programa de pregrado de Odontología de una universidad peruana durante el año 2026. Se trabajará con una muestra censal, incluyendo a la totalidad de estudiantes que cumplan los criterios de selección y acepten participar voluntariamente en el estudio, con el fin de obtener una caracterización completa del nivel de estrés académico en la población evaluada.

Criterios de selección

Se incluirán estudiantes mayores de 18 años de edad matriculados en el pregrado de Odontología durante el año 2026 que acepten participar mediante consentimiento informado. Se excluirán cuestionarios incompletos o con ausencia de información en ítems esenciales para el análisis, así como aquellos estudiantes que no acepten participar o no culminen el llenado del instrumento.

Operalización de variables

La variable principal del estudio será el estrés académico, entendido como un proceso que se presenta cuando el estudiante percibe que las demandas del entorno universitario exceden sus recursos personales, generando un estado de desequilibrio manifestado a través de síntomas físicos, emocionales y cognitivos, así como la

activación de estrategias de afrontamiento. Esta variable será medida mediante un instrumento validado en población universitaria. Como variables secundarias se considerarán el sexo, la edad (en años, como variable continua) y el año de estudios, las cuales permitirán describir el nivel de estrés académico según características sociodemográficas y académicas (Anexo 1).

Procedimientos y técnicas

La recolección de datos se llevará a cabo mediante la técnica de encuesta, utilizando un cuestionario autoaplicado dirigido a los estudiantes matriculados en el pregrado de Odontología durante el año 2026, bajo un enfoque censal. Previamente, se coordinará con las autoridades académicas para establecer la logística de aplicación y garantizar la participación de los estudiantes de los distintos años de estudio. Antes de responder el cuestionario, los participantes recibirán información sobre los objetivos del estudio, el carácter voluntario de su participación, la confidencialidad de los datos y el uso exclusivamente académico de la información, solicitando posteriormente el consentimiento informado.

El cuestionario incluirá una sección de datos generales, como edad, sexo y año de estudios, así como el instrumento principal de evaluación. La aplicación podrá realizarse de manera presencial en aulas u otros ambientes académicos, o mediante un formulario digital institucional, de acuerdo con la factibilidad operativa. Se garantizará el anonimato de los participantes mediante el uso de códigos y se excluirán registros incompletos en ítems esenciales.

Para la medición del nivel de estrés académico se utilizará el Inventario SISCO de Estrés Académico, instrumento ampliamente empleado en población universitaria de habla hispana. Dicho instrumento evalúa el estrés académico como un proceso conformado por estresores académicos, sintomatología y estrategias de afrontamiento. La evidencia psicométrica respalda su uso en contextos universitarios, ya que presenta una estructura factorial coherente con el modelo

teórico y adecuados indicadores de confiabilidad. En una muestra de estudiantes universitarios ($n = 1126$), el Inventario SISCO mostró una consistencia interna sólida para la puntuación total, con un alfa de Cronbach de 0,82 y un coeficiente omega de 0,86, lo que evidencia una fiabilidad aceptable para su aplicación en estudios descriptivos. En el presente estudio, el puntaje obtenido permitirá estimar el nivel de estrés académico en la población evaluada y describirlo según las variables secundarias consideradas.

Plan de análisis

El análisis estadístico se realizará utilizando el software STATA. Se desarrollará un análisis descriptivo mediante el cálculo de frecuencias y porcentajes para las variables categóricas, así como medidas de tendencia central y dispersión para las variables numéricas, según corresponda. El nivel de estrés académico se describirá de manera global y de forma estratificada según el año de estudios, el sexo y la edad, presentándose los resultados en tablas y gráficos para facilitar su interpretación.

Aspectos éticos del estudio

El estudio se desarrollará respetando los principios éticos de la investigación en seres humanos, garantizando la participación voluntaria, la confidencialidad y el anonimato de los participantes. El protocolo será enviado para su evaluación y aprobación por la Unidad de Gestión de Investigación, Ciencia y Tecnología de las Facultades de Medicina, de Estomatología y de Enfermería, y posteriormente será sometido a revisión y aprobación por el Comité Institucional de Ética de la

Universidad Peruana Cayetano Heredia (CIE-UPCH). Asimismo, todos los participantes firmarán un consentimiento informado antes de responder el cuestionario y la información recolectada será almacenada en archivos protegidos, con acceso restringido únicamente al equipo investigado

IV. RESULTADOS ESPERADOS

Desde una perspectiva teórica, se espera identificar el nivel de estrés académico en los estudiantes de pregrado de Odontología de una universidad peruana durante el año 2026, observándose predominantemente niveles moderados y altos. Asimismo, se espera describir variaciones en el nivel de estrés académico según el año de estudios, evidenciándose mayores niveles en los ciclos académicos superiores, lo cual podría relacionarse con el incremento progresivo de las exigencias académicas propias de la formación odontológica.

Desde una perspectiva clínica, se espera describir diferencias en el nivel de estrés académico según el sexo de los estudiantes, así como una relación descriptiva entre la edad, considerada como variable continua, y el nivel de estrés académico. Estos resultados permitirán identificar patrones de estrés académico que podrían influir en el bienestar emocional y el desempeño clínico de los estudiantes durante su proceso de formación profesional.

Desde una perspectiva social, los resultados permitirán obtener una caracterización general del estrés académico en esta población universitaria, aportando información relevante para la identificación de grupos con mayor vulnerabilidad dentro del contexto académico. Esta información podrá servir como base para el diseño de estrategias institucionales orientadas a la promoción del bienestar estudiantil y al fortalecimiento del apoyo académico en la formación universitaria.

V. CONCLUSIONES

El estudio permitirá concluir que el estrés académico está presente en los estudiantes de pregrado de Odontología de una universidad peruana, manifestándose en distintos niveles de intensidad. Asimismo, se concluirá que el nivel de estrés académico varía según el año de estudios, observándose mayores niveles en los ciclos académicos superiores. De igual manera, se evidenciarán diferencias descriptivas en el nivel de estrés académico según el sexo de los estudiantes, así como una relación descriptiva entre la edad y el nivel de estrés académico. En conjunto, los resultados del estudio aportarán información relevante para la comprensión del estrés académico en estudiantes de Odontología, constituyéndose en una base para la implementación de estrategias de apoyo académico y promoción del bienestar estudiantil en el ámbito universitario.

VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Naranjo Pereira ML. Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de este en el ámbito educativo. *Rev Educ.* 2009;(33):171–190.
2. Ávila Toscano JH. El estrés: un problema de salud del mundo actual. *Rev Psicol Cient.* 2014;16(1):1–9.
3. Barraza Macías A. El estrés académico en alumnos de educación media superior: un estudio comparativo. *Investig Educ Duranguense.* 2006;(5):48–65.
4. Restrepo A, Sánchez OA, Castañeda T. Estrés académico en estudiantes universitarios: medición mediante el Inventario SISCO. *Rev Psicol Univ Antioquia.* 2020;12(2):11- 27.
5. Cassaretto Bardales M, Chau C, Oblitas H, Valdez N. Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos: prevalencia y factores asociados. *Rev Psicol.* 2021;39(2):425– 446
6. Pulido Rull MA, Serrano Sánchez M, Valdés Cuervo AA, Chávez Méndez MT, Hidalgo Montiel P, Vera García F. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Rev Psicol Educ.* 2011;6(2):37–52.

7. Evaristo Chiyong T, Chein Villacampa S. Estrés y desempeño académico en estudiantes de Odontología de una universidad pública peruana. *Odontol Sanmarquina*. 2015;18(1):23–29.
8. Luna D, García-Reyes S, Soria-González E, et al. Estrés académico en estudiantes de odontología: asociación con apoyo social, pensamiento positivo y bienestar psicológico. *Rev Estomatol Herediana*. 2020;30(3):155-163.
9. Cárdenas SD, Arrieta VK, González MF. Estrés académico y funcionalidad familiar en estudiantes de odontología. *Salud Uninorte*. 2014;30(2):121-132.
10. Misrachi-Launert C, Humphris G, et al. Fuentes de estrés percibidas y rendimiento académico de estudiantes de odontología. *Rev Latinoam Educ Odontol*. 2015;2(2):45- 53.
11. Noriega-Vidal CA. Nivel de estrés académico entre estudiantes de odontología [tesis]. Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega; 2019.

12. Herhuay Usto NM. Análisis de factores determinantes de estrés académico en estudiantes de odontología [tesis]. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal; 2023.

13. Silva-Ramos MF, García-Rodríguez LM. Estrés académico en estudiantes universitarios: niveles y correlatos. *Rev Educ Super.* 2020;49(194):88-96.

14. Plasencia PMH, Herrera-Plasencia P, et al. Adaptación y validación de una escala de fuentes de estrés académico en estudiantes de odontología. *Eur J Dent Educ.* 2025;29(1):31-39.

VII. PRESUPUESTO Y CRONOGRAMA

Presupuesto

Descripción	Cantidad	Costo unitario (S/.)	Costo total (S/.)
Impresión y copia	100	0.20	20
Acceso internet	1 mes	50	50
Movilidad	4 salidas	15	60
Software estadístico	—	0	0
Total			130.00

Cronograma

Actividad	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio
Presentación del proyecto	X					
Aceptación del proyecto		X				
Obtención de datos			X			
Procesamiento de datos				X		
Análisis de los resultados					X	
Informe final						X

ANEXOS

Anexo 1. Cuadro de operacionalización de las variables/ matriz de consistencia

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Tipos	Escala	Valores
Estrés académico	Proceso de respuesta ante demandas académicas percibidas como estresantes, que se expresa mediante síntomas y estrategias de afrontamiento.	Puntaje obtenido del Inventario SISCO de Estrés Académico.	Cuantitativa	Intervalo	Puntaje Numérico
sexo	Conjunto de características biológicas que diferencian a los individuos en masculino y femenino.	Sexo declarado por el estudiante.	Cualitativa	Nominal dicotómica	1=Masculino 2=Femenino
edad	tiempo transcurrido desde el nacimiento del individuo.	Edad expresada en años cumplidos.	Cuantitativa	De razón	Años

Año de estudio	Nivel académico que cursa el estudiante dentro del programa de pregrado.	Año académico que cursa el estudiante.	Cualitativa	Ordinal	1 = Primer año 2 = Segundo año 3 = Tercer año 4 = Cuarto año 5 = Quinto año
----------------	--	--	-------------	---------	---

Anexo 2. Consentimiento informado.

Consentimiento informado para participar en un estudio de investigación

Título del estudio: Nivel de estrés académico en estudiantes de pregrado de Odontología de una universidad peruana, 2026.

Propósito del estudio

Usted está siendo invitado(a) a participar voluntariamente en un estudio de investigación. El propósito del presente estudio es determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de pregrado de la carrera de Odontología de una universidad peruana durante el año 2026, con la finalidad de contribuir al conocimiento de esta problemática en el contexto universitario.

Procedimientos

Si usted acepta participar en este estudio, se le solicitará responder un cuestionario autoaplicado que consta de dos partes:

- a. Una ficha de datos generales (edad, sexo y año de estudio) y el Inventario SISCO de Estrés Académico, instrumento validado en población universitaria.
- b. El tiempo estimado para completar el cuestionario es de aproximadamente 15 minutos. La aplicación podrá realizarse de manera presencial o virtual.

Riesgos

La participación en este estudio no implica riesgos físicos ni psicológicos para usted. Únicamente se requiere el tiempo necesario para responder el cuestionario.

Beneficios

Usted no recibirá beneficios directos por participar en este estudio. Sin embargo, los resultados permitirán generar información relevante que podrá servir como base para la implementación de estrategias orientadas a la promoción del bienestar estudiantil y al apoyo académico en el ámbito universitario.

Costos e incentivos

La participación en este estudio no implica ningún costo económico para usted. Asimismo, no se otorgarán incentivos económicos ni de otra índole por su participación.

Confidencialidad

La información proporcionada será tratada de forma confidencial y anónima. Los

datos serán codificados y utilizados exclusivamente con fines académicos y de investigación. En ningún caso se divulgará información que permita identificar a los participantes.

Uso futuro de la información obtenida

La información recopilada en este estudio podrá ser utilizada en futuras investigaciones académicas relacionadas con el estrés académico, siempre garantizando la confidencialidad y el anonimato de los participantes.

Derechos del participante

Su participación es completamente voluntaria. Usted puede decidir no participar o retirarse del estudio en cualquier momento, sin que ello le genere sanción alguna ni perjuicio académico o personal. Si tiene alguna duda sobre el estudio, puede comunicarse con la investigadora responsable Nayeli Arli Luna Castillejo.

Consentimiento

He leído la información proporcionada, he comprendido el propósito del estudio y acepto voluntariamente participar en la presente investigación. Entiendo que puedo retirarme del estudio en cualquier momento sin que ello me ocasione ningún perjuicio.

Participante Nombre: DNI:		Fecha
Testigo Nombre: DNI:		Fecha
Investigador Nombre: DNI:		Fecha