



**UNIVERSIDAD JOSÉ CARLOS MARIÁTEGUI**

**VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN**

**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, EMPRESARIALES Y  
PEDAGÓGICAS**

**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN**

**TESIS**

**“USO DE LAS TIC EN DOCENTES DE NIVEL  
PRIMARIO Y SU RELACIÓN CON EL ESTRÉS EN LA  
I.E. 40177 DIVINO CORAZÓN DE JESÚS, UBICADO  
EN EL DEPARTAMENTO DE AREQUIPA, 2021”**

**PRESENTADA POR**

**BACH. MARGELY FRIDA HUARSAYA CALIZAYA**

**ASESORA**

**DRA. JUANA ALEJANDRINA ROJAS BENITES**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:  
LICENCIADA EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

**MOQUEGUA – PERÚ**

**2023**

## ÍNDICE DE CONTENIDO

<b>RESUMEN.....</b>	<b>8</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>9</b>
<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>10</b>
<b>CAPÍTULO I: TEMA DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>11</b>
1.1.    EXPLICACIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA .....	11
1.1.1.    DESCRIPCIÓN DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 40177 DIVINO CORAZÓN DE JESUS .....	12
1.2.    DEFINICIÓN DEL PROBLEMA .....	13
1.2.1.    PROBLEMAS ESPECÍFICOS .....	13
1.3.    OBJETIVO DE LA INVESTIGACIÓN .....	13
1.3.1.    OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	13
1.4.    JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN .....	14
1.5.    VARIABLES, OPERACIONALIZACIÓN .....	14
1.6.    HIPÓTESIS DE INVESTIGACIÓN.....	16
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>17</b>
2.1.    ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	17
2.2.    TEORÍAS RELACIONADAS A LA VARIABLE: TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN .....	19
2.2.1.    EDUCACIÓN VIRTUAL.....	19
2.2.2.    CLASES VIRTUALES.....	19
2.2.3.    TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN .....	20
2.2.4.    LAS “TIC” COMO UN MEDIO.....	21
2.2.5.    IMPACTO DE LAS “TIC” SOBRE LOS APRENDIZAJES.....	21
2.2.6.    EL PAPEL QUE CUMPLE LAS “TIC” EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE Y ENSEÑANZA.....	21
2.2.7.    EL APRENDIZAJE BASADO EN LAS “TIC” .....	22
2.3.    TEORÍAS RELACIONADAS A LA VARIABLE ESTRÉS .....	22
2.3.1.    ESTRÉS .....	22
2.3.2.    ESTRÉS ACADÉMICO .....	23
2.3.3.    FASES DEL ESTRÉS.....	23
2.3.4.    ESTRÉS LABORAL O SÍNDROME DE BURNOUT .....	24
2.3.5.    VARIABLES PREDICTORAS DEL SÍNDROME DE BURNOUT .....	25
2.3.6.    ESTRESORES ACADÉMICOS (E-CEA) .....	25
2.3.7.    RESPUESTA AL ESTRÉS (R-CEA) .....	26
2.3.8.    ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DE ESTRÉS.....	26
2.3.9.    ESCALA DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO (A-CEA)...	26

2.4. MARCO CONCEPTUAL.....	27
<b>CAPÍTULO III: METODOLOGÍA .....</b>	<b>29</b>
3.1. MÉTODO DE INVESTIGACIÓN .....	29
3.2. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN .....	29
3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA .....	29
3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS .....	30
3.5. TÉCNICAS PARA PROCESAR Y ANALIZAR DATOS.....	30
<b>CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS .....</b>	<b>31</b>
4.1. PRUEBA DE CONFIABILIDAD PARA CADA INSTRUMENTO .....	31
4.2. PRUEBA DE NORMALIDAD .....	32
4.3. EL USO DE LAS TIC POR PARTE DE LOS DOCENTES EN LAS CLASES VIRTUALES DE NIVEL PRIMARIO EN LA I.E. 40177 DIVINO CORAZÓN DE JESÚS UBICADO EN EL DEPARTAMENTO DE AREQUIPA- 2021 .....	35
4.3.1. BAREMACIÓN PARA EL USO DE LAS TIC .....	36
4.4. NIVEL DE ESTRÉS POR PARTE DE LOS DOCENTES EN LAS CLASES VIRTUALES DE NIVEL PRIMARIO EN LA I.E. 40177 DIVINO CORAZÓN DE JESÚS UBICADO EN EL DEPARTAMENTO DE AREQUIPA- 2021 .....	37
4.4.1. BAREMACIÓN PARA EL ESTRÉS .....	38
4.5. RELACIÓN ENTRE EL USO DE LAS TIC Y EL ESTRÉS EN DOCENTES DE NIVEL PRIMARIO EN LA I.E. 40177 DIVINO CORAZÓN DE JESÚS UBICADO EN EL DEPARTAMENTO DE AREQUIPA- 2021 .....	39
4.6. DISCUSIÓN DE RESULTADOS .....	39
<b>CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....</b>	<b>41</b>
5.1. CONCLUSIONES .....	41
5.2. RECOMENDACIONES .....	41
<b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>47</b>

## ÍNDICE DE TABLAS Y GRÁFICOS

<b>TABLAS</b>	<b>Pág.</b>
Tabla 1, Operacionalización de las variables.	14
Tabla 2, Alfa de Cronbach para el cuestionario Uso de las TIC	31
Tabla 3, Alfa de Cronbach para el cuestionario Estrés	31
Tabla 4, Interpretación del Coeficiente Alfa de Cronbach	32
Tabla 5, Prueba de normalidad	33
Tabla 6, Tabla de distribución de frecuencias para el Uso de las TIC	35
Tabla 7, Escalas de valoración para el uso de las TIC	36
Tabla 8, Tabla de distribución de frecuencias para el Estrés	37
Tabla 9, Escalas de valoración para el Estrés	38
Tabla 10, Prueba de correlación entre la variable “Uso de las TIC” y la variable “Estrés”	39

<b>FIGURAS</b>	<b>Pág.</b>
Figura 1, Prueba de normalidad para el uso de las TIC	34
Figura 2, Prueba de normalidad para el Estrés	34
Figura 3, Histograma para el uso de las TIC	35
Figura 4, Histograma del Baremos para el uso de las TIC	36
Figura 5, Histograma para el Estrés	37
Figura 6, Histograma del Baremos para el Estrés	38

## RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo general: Acordar qué relación tiene que haber entre el uso de las TIC y el estrés en docentes de nivel primario en la I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús ubicado en el departamento de Arequipa- 2021; el método de investigación se enmarca dentro de los estudios cuantitativos, de diseño no experimental, la muestra estuvo constituida por 12 docentes, como técnica se aplicó la encuesta y como instrumento el cuestionario para medir ambas variables; ambos cuestionarios mostraron una excelente confiabilidad de Alfa de Cronbach; los datos tuvieron una distribución que no es normal, por lo que se aplicó el coeficiente de correlación Rho de Spearman para la prueba de hipótesis, los resultados arrojaron un nivel de significancia mayor a 0.05, por lo que el estudio concluye con que no existe relación entre el uso de las TIC y el estrés en los docentes en las clases virtuales de nivel primario en la I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús, es decir que ambas variables son independientes una de otra.

*Palabras clave: Clases, docente, estrés, tecnología y virtualidad.*

## **ABSTRACT**

The research had as a general objective: Agree what relationship there must be between the use of ICT and stress in primary level teachers in the I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús located in the department of Arequipa- 2021; the research method is part of the quantitative studies, of non-experimental design, the sample consisted of 12 teachers, the survey was applied as a technique and the questionnaire as an instrument to measure both variables; both questionnaires showed excellent Cronbach's Alpha reliability; the data had a distribution that is not normal, so Spearman's Rho correlation coefficient was applied for the hypothesis test, the results showed a level of significance greater than 0.05, so the study concludes that there is no relationship between the use of ICT and stress in teachers in virtual classes of primary level in the I.E. 40177 Divine Heart of Jesus, that is to say that both variables are independent of each other.

***Keywords:*** *Classes, teacher, stress, technology and virtuality.*

## INTRODUCCIÓN

El estudio propuesto, nace a raíz de los cambios que se han venido dando por el problema sanitario a nivel mundial, en todos los ámbitos se vio un cambio y adaptación a herramientas tecnológicas, las cuales ayudaron al desarrollo de actividades, la educación no es ajena a esta realidad, sin embargo, el cambio estuvo plagado de problemas, como el manejo y acceso a herramientas tecnológicas, además de efectos en la salud como ergonomía, estrés, ansiedad, problemas visuales entre otros.

Es por ello que se desarrolló la presente investigación, que buscó encontrar la relación entre el Uso de las TIC y el estrés, en 12 docentes del nivel primario en la I.E. 40177, para lo cual se plantearon los siguientes capítulos.

En el capítulo uno, se desarrolla toda la parte operativa, como la definición del problema, objetivos, variables e hipótesis; en el segundo capítulo se encuentra plasmado el marco teórico, compuesto por los antecedentes investigativos, bases teóricas relacionadas a las variables de estudio y finalmente un marco conceptual; a continuación, en el tercer capítulo titulado método de la investigación, se encuentra el método utilizado, el diseño de investigación, la población así como la muestra, técnicas e instrumentos aplicados y las técnicas de procesamiento de datos; luego el capítulo cuatro se plasman los resultados de la investigación, este capítulo está estrechamente relacionado con los objetivos propuestos en el capítulo uno, para finalmente llegar al capítulo cinco en donde se encuentran las conclusiones y recomendaciones.

## **CAPÍTULO I**

### **TEMA DE INVESTIGACIÓN**

#### **1.1. EXPLICACIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA**

El estallido de una pandemia ha provocado una transformación global de la sociedad en el campo de la educación, alumnos y docentes, quienes han tenido que adaptarse, como menciona (Banco Mundial, 2020) el cierre de las escuelas ocasionará pérdida de aprendizaje además crecerá la deserción escolar y la desigualdad, y el riesgo económico en los hogares agrava el impacto ya que se reducirá la oferta y demanda educativa. (pág. 4)

El cambio más relevante es el de la virtualidad, en el cual, las clases no presenciales han disminuido la deserción escolar, sin embargo, ha surgido otros problemas relacionados con la salud mental, como el estrés, ansiedad, depresión, entre otros, provocando problemas tanto en docentes como en alumnos, citando a (Melgarejo, 2021) argumenta que desde el inicio de la pandemia la brecha digital se ha visto más visible, siendo este un panorama todavía complicado, teniendo en cuenta problemas de infraestructura, conectividad que se presentan en casi todo el país, reflejándose en la escuela, universidades de la capital y provincia. (pág. 13)

En Arequipa como en todo el Perú el problema es el mismo, como indico el diario (La República de Arequipa , 2021) “La Defensoría del Pueblo informó que 6,449 estudiantes en Arequipa vieron afectados su derecho a la educación debido a problemas de conectividad, en el 2020 se advirtió que 173 escolares desertaron de



la escuela y otros 1,294 accedieron tardíamente a la educación”. (pág. 1), pero no hay mucha información en relación al estrés en los profesores y mucho menos en las provincias de Arequipa.

Es por este motivo que es importante conocer cómo afecta la virtualidad en la salud mental de los docentes de nivel primario del C.E. 40177 Divino Corazón de Jesús en el primer semestre del año 2021, cuyos resultados servirán para la realización de propuestas de mejora en torno a la virtualidad.

### **1.1.1. DESCRIPCIÓN DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 40177 DIVINO CORAZÓN DE JESUS**

La I.E. está ubicada en la esquina de la Av. Kennedy 2103 y a la vez con la Av. Colonial s/n- en el distrito de Paucarpata.

Brinda un tipo de educación poli docente y mixta, el equipo de la institución está conformada por el director el Lic. Genaro Larico Paredes, subdirector, docentes, auxiliares, personal administrativo y personal de servicio.

El nivel primario cuenta con un alumnado equivalente a 196 estudiantes, siendo su distribución de un aula por grado a excepción del primer y segundo grado que cuenta con dos secciones por grado A y B.

La distribución en el nivel secundaria es de 6 secciones; (donde el segundo grado consta de dos secciones “A” y “B”) con un número de 176 estudiantes.

En el primer nivel o planta baja queda ubicada la dirección, secretaría, sala de profesores, aulas del nivel primario, servicios higiénicos, patio recreativo, aulas de secundaria y laboratorio de física y química para los alumnos del 1ro a 5to de secundaria.

En el segundo nivel funcionan la sala de cómputo y aula de innovación que comprende las áreas de matemática, comunicación, ciencia y tecnología.

## **1.2. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA**

¿Qué vínculo existe entre el uso de las TIC y el estrés en docentes de nivel primario en la I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús ubicado en el departamento de Arequipa- 2021?

### **1.2.1. PROBLEMAS ESPECÍFICOS**

- ¿Cómo es el uso de las TIC por parte de los docentes en las clases virtuales de nivel primario en la I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús ubicado en el departamento de Arequipa- 2021?
- ¿Cuál es el nivel de estrés por parte de los docentes en las clases virtuales de nivel primario en la I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús ubicado en el departamento de Arequipa- 2021?
- ¿Cuál es el nivel de adecuación entre la variable uso de las TIC y la variable estrés en docentes de nivel primario en la I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús ubicado en el departamento de Arequipa- 2021?

## **1.3. OBJETIVO DE LA INVESTIGACIÓN**

Acordar qué relación tiene que haber entre el uso de las TIC y el estrés en docentes de nivel primario en la I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús ubicado en el departamento de Arequipa- 2021.

### **1.3.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Describir cómo es el uso de las TIC por parte de los docentes en las clases virtuales de nivel primario en la I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús ubicado en el departamento de Arequipa- 2021.
- Describir cuál es el nivel de estrés por parte de los docentes en las clases virtuales de nivel primario en la I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús ubicado en el departamento de Arequipa- 2021.
- Calcular el nivel de adecuación entre la variable uso de las TIC y la variable estrés en docentes de nivel primario en la I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús ubicado en el departamento de Arequipa- 2021.

#### 1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

De acuerdo con los objetivos de la investigación, los resultados permitirán conocer si existe una conexión entre el uso de las TIC y el estrés de los docentes, con lo cual se podría planificar propuestas para mejorar el uso de las TIC y tratar o disminuir el nivel de estrés.

#### 1.5. VARIABLES, OPERACIONALIZACIÓN

- **VARIABLES:** Uso de las TIC y estrés.
- **OPERACIONALIZACIÓN:** A continuación, se muestra en una tabla.

**Tabla 1**

*Operacionalización de las variables*

<b>VARIABLE 1</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>MEDIDA</b>
Uso de las TIC. Cuestionario SABER-TIC, adaptado, desarrollado por Taquez, Rengifo y Mejía (2017). Diseño de un instrumento para evaluar el nivel de uso y apropiación de las TIC en una institución educativa superior.	Grado de dominio de las herramientas tecnológicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Correo.</li> <li>➤ Foros.</li> <li>➤ Chat.</li> <li>➤ Videoconferencia.</li> <li>➤ Redes sociales.</li> <li>➤ Herramientas de búsqueda.</li> <li>➤ Ofimática.</li> <li>➤ Editores.</li> <li>➤ Plataformas.</li> <li>➤ Archivos digitales.</li> <li>➤ Repositorios.</li> </ul>	<u>Escala de Likert</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Nunca – 1</li> <li>➤ Rara vez – 2</li> <li>➤ Ocasionalmente – 3</li> <li>➤ Casi siempre – 4</li> <li>➤ Siempre – 5</li> </ul>
	Frecuencia de acciones en el trabajo como docente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Planificación.</li> <li>➤ Objetivos.</li> <li>➤ Uso de TIC.</li> <li>➤ Sugerencia.</li> <li>➤ Actividades.</li> </ul>	<u>Escala de Likert</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Nunca – 1</li> <li>➤ Rara vez – 2</li> <li>➤ Ocasionalmente – 3</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Valoración.</li> <li>➤ Reflexiones.</li> <li>➤ Participación.</li> <li>➤ Promueve.</li> <li>➤ Analiza.</li> <li>➤ Intercambia.</li> <li>➤ Incluye.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Casi siempre – 4</li> <li>Siempre – 5</li> </ul>
	Afirmaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Integración.</li> <li>➤ Seguimiento.</li> <li>➤ Retroalimentación.</li> <li>➤ Habilidades.</li> <li>➤ Apoyo.</li> <li>➤ Favorece.</li> <li>➤ Facilita.</li> <li>➤ Metas.</li> <li>➤ Uso.</li> <li>➤ Conceptos.</li> <li>➤ Implementar.</li> </ul>	<u>Escala de Likert</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Nunca – 1</li> <li>➤ Rara vez – 2</li> <li>➤ Ocasionalmente – 3</li> <li>➤ Casi siempre – 4</li> <li>Siempre – 5</li> </ul>
<b>VARIABLE 2</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>MEDIDA</b>
Estrés.	Reevaluación positiva.	Ítems (1, 3, 4, 5, 6, 14, 17, 18 y 19).	<u>Escala de Likert</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Nunca – 1</li> <li>➤ Alguna vez – 2</li> <li>➤ Bastantes veces – 3</li> <li>➤ Muchas veces – 4</li> <li>➤ Siempre – 5</li> </ul>
La escala de afrontamiento conocida como A-CEA (Cabanach et al., 2008). La cual consta de 23 ítems.	Búsqueda de apoyo social.	Ítems (2, 8, 10, 13, 20, 21 y 23).	<u>Escala de Likert</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Nunca – 1</li> <li>➤ Alguna vez – 2</li> <li>➤ Bastantes veces – 3</li> </ul>

		➤ Muchas veces – 4 Siempre – 5
Planificación y gestión de recursos personales.	Ítems (7, 9, 11, 12, 15, 16 y 22).	<u>Escala de Likert</u> ➤ Nunca – 1 ➤ Alguna vez – 2 ➤ Bastantes veces – 3 ➤ Muchas veces – 4 Siempre – 5

*Nota:* Desarrollado con información de Taquez, Rengifo y Mejía (2017) y Gonzáles (2017).

## 1.6. HIPÓTESIS DE INVESTIGACIÓN

**Hipótesis de trabajo H<sub>1</sub>:** Existe una conexión entre el uso de las TIC y el estrés en docentes de nivel primario en la I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús ubicado en el departamento de Arequipa- 2021.

**Hipótesis nula H<sub>0</sub>:** No existe una conexión entre el uso de las TIC y el estrés en docentes de nivel primario en la I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús ubicado en el departamento de Arequipa- 2021.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.**

- En relación a los antecedentes, se citó a (Hacca & Tapia, 2021) quienes desarrollaron una investigación que tuvo como objetivo general resolver los niveles de estrés en docente en tiempos de educación virtual en una I.E; la investigación se enmarca en el planteamiento cuantitativo, como no se manipularon variables, el estudio no fue de diseño experimental, como técnica el autor indago y aplicó como instrumento un cuestionario; como muestra se aplicó la investigación a 20 docentes; los resultados mostraron una elevada tensión en un 95%, se presentaron efectos de depresión, agresividad, nostalgia, desconcentración y angustia; la investigación concluye con un desequilibrio en el consumo de alimentos en las profesoras de sexo femenino en un 71% y los profesores varones en un 69% presentaron grado de estrés medio.
  
- A ello se suma la investigación de (Parraga & Escobar, 2020) que tuvo como objetivo general conocer si la variación en la educación de presencial a virtual aumenta la probabilidad de que los docentes sufran de estrés, el enfoque de la investigación fue el cuantitativo, participaron 20 docentes como muestra; los resultados mostraron que un 90% de los docentes participantes padece de estrés laboral, además, la edad, el sexo, el estado civil y el número de hijos contribuyen a aumentar el estrés.

- Así mismo, (Alfaro & Castro, 2020) desarrollaron una investigación cuyo fin es el identificar el nivel de estrés en estudiantes de 4to grado de secundaria de la I.E. Inmaculada Concepción; el enfoque de la investigación fue el cuantitativo, como no se manipularon las variables el diseño fue el no experimental, el cuestionario fue aplicado a 110 estudiantes, siendo esta la muestra, como método se aplicó la encuesta y de instrumento el Inventario para el Estrés Académico SISCO, la investigación llega a la conclusión que el 50% de los estudiantes tienen estrés severo.
- De igual manera, (Banda & Moscoso, 2020) desarrollaron una investigación cuyo objetivo fue analizar los niveles de estrés de los educadores de una institución en Guayaquil, la muestra estuvo conformada por 7 docentes; la investigación fue de naturaleza cuantitativa y cualitativa; se aplicó una ficha sociodemográfica, entrevistas, y el test de salud total; la investigación concluye que los participantes tienen problemas de concentración, problemas de salud, mal humor e insomnio, es decir que el cambio de modalidad de presencial a virtual impacta negativamente las reacciones fisiológicas, cognitivas y de conducta.
- De igual manera, (Valeriano & Valeriano) realizaron una investigación cuyo objetivo fue saber la relación que existe en el uso de las TIC y el estrés, en la educación virtual en la I.E. Juana Cervantes; el método utilizado para desarrollar la investigación fue básica, así mismo como se buscaba la relación entre variables la investigación fue de alcance correlacional y de diseño no experimental, porque no se manipularon las variables; como técnica los autores optaron por la encuesta y como instrumento el cuestionario; la muestra fue de 180 unidades de averiguación; el resultado arrojó un  $r = -0.414$ , con lo que los autores concluyen que existe relación negativa de por medio, en el uso de las TIC y el estrés en los estudiantes de dicha institución educativa.

- Finalmente, (López, 2020) desarrolló una investigación con el objetivo de determinar el Síndrome de Burnout en el dictado de clases en profesores universitarios, la investigación fue de orientación cuantitativa de diseño descriptivo simple; para la muestra se determinó un total de 223 docentes de forma probabilística por estratos, se empleó la estadística descriptiva; la investigación concluye que el 46.3% del 100% de docentes presentan el Síndrome de Burnout de nivel bajo, específicamente en la dimensión cansancio emocional.

## **2.2.TEORÍAS RELACIONADAS A LA VARIABLE: TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN**

### **2.2.1. EDUCACIÓN VIRTUAL**

El desarrollo del proceso educativo fuera del salón de clases, es llamado educación virtual, dicho proceso puede ser sincrónico o asincrónico, estas clases virtuales son una nueva alternativa, dichos procesos educativos vienen siendo transformados por el uso de las TIC. (Ojeda, Ortega, & Boom, 2020)

### **2.2.2. CLASES VIRTUALES**

Son una modalidad a distancia que se ha venido utilizando durante 10 años, y ahora con el problema de la emergencia sanitaria su utilización se volvió una obligación, las clases virtuales se desarrollan en escenarios de innovación educativa, cuya característica es su flexibilidad, integridad, versatilidad y diversidad; muchos procesos de enseñanza han sido transformados por el uso de las TIC, lo que en la actualidad ha cambiado los sistemas y formas de adquirir conocimiento. (Galván, 2021)

Las clases virtuales ocupan un vacío que existía en la enseñanza, ya que los cambios técnicos van transformando a la sociedad, es por esta razón que la sociedad de la información ha venido evolucionando, habiendo cada vez mayor número de personas de todos los niveles que



requieren formarse y capacitarse para estar a la par de los cambios. Las aulas virtuales son una forma de educación que responde a estas necesidades, la inestabilidad educativa y tecnológica. (Gómez & Pomares, 2012)

(Pérez & Merino, Definición de aula virtual, 2017) argumenta que la palabra *aula* procede del latín “aula” así se calificaba a las plateas que existían en las casonas reales, virtual proviene del latín “virtus” que se empleaba para relatar al impulso o voluntad para realizar una tarea; el aula virtual es todo el entorno digital que ayuda al proceso de aprendizaje; por otro lado, las tecnologías informáticas y comunicativas de las TIC permiten a los alumnos acceder a material relevante e interactuar con el docente y compañeros de salón.

### **2.2.3. TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN**

(Pérez & Merino, 2012) indican que las TIC es un concepto se utiliza para denominar técnicas relacionadas con la gestión y difusión de la información, estas tecnologías son imprescindibles en muchos colegios, para que los estudiantes puedan aprender sus respectivas materias no solo de manera amena y entretenida, sino que se complementan con actividades interactivas a su alcance. El concepto de TIC abarca tanto a los avances de la tecnología como el sector económico y las herramientas destinadas a mejorar la condición de vida de las personas.

A ello se suma lo indicado por (Barroso, Cabero, & Valencia, 2020) quienes argumentan que en el campo de las neurociencias existen evidencias de un desarrollo importante, inventándose una nueva cultura basada en el análisis del cerebro, que dio origen a nuevas disciplinas que sirven como apoyo para prácticas pedagógicas para el cálculo de la estructura.

#### **2.2.4. LAS “TIC” COMO UN MEDIO**

(Sunkel, 2010) explica que la tecnología es una herramienta y un medio para el desarrollo humano y social, esta tendencia busca aprovechar el potencial de la tecnología para hacer frente los grandes desafíos de un mundo globalizado; por otro lado, la CEPAL plantea políticas públicas que deben evolucionar hacia las perspectivas del desarrollo.

#### **2.2.5. IMPACTO DE LAS “TIC” SOBRE LOS APRENDIZAJES**

(Sunkel, 2010) también argumenta que el impacto es positivo, sin embargo, este impacto no permite tener conclusiones claras, excepto en dos casos.

- En primer lugar, el hallazgo importante es el impacto de las TIC mediadoras como motivación y concentración de estudiantes.
- En segundo lugar, el efecto que producen las TIC implica un talento en los alumnos para dominar aplicaciones y capacidad de gestionarlas digitalmente.

#### **2.2.6. EL PAPEL QUE CUMPLE LAS “TIC” EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE Y ENSEÑANZA**

Lo primero es aprender la herramienta y luego entender cómo enseñarla de manera inteligente, al mismo tiempo que se familiariza a los alumnos y los profesores con las TIC y se les enseña cómo usarlas, el proceso es interactivo siendo atractivo cuantitativamente y cualitativamente, esto significa que en el mundo moderno, gracias a las TIC, nos enfrentamos a una nueva civilización a partir del cual podemos integrar nuestros procedimientos de aprendizaje y de enseñanza respetando las cuestiones y objetivos culturales, así como los enfoques, logrando nuevas formas de reconocer la producción en formas más innovadoras, colocando a los alumnos y profesores frente al

empoderamiento con el uso de tiempos de clase limitados de manera óptima. (Mostafa, Ahmad, Sosahabi, & Berahman, 2017)

### **2.2.7. EL APRENDIZAJE BASADO EN LAS “TIC”**

Las comunidades de aprendizaje relacionadas con las TIC son una tendencia creciente, ya que contribuyen a procesos educativos, especialmente en los países con vías de desarrollo, promoviendo la colaboración académica entre los miembros del mismo, los factores clave están relacionados con las nuevas aplicaciones, donde se influye en los materiales didácticos y el uso óptimo de los textos y el material educativo, además cumple la función de servir como conexión con el exterior; un diseño adecuado basados en las TIC combinado con el desarrollo de aplicaciones web, presentan nuevas formas de enriquecer la educación; las comunidades virtuales se basan en un entorno colaborativo e intercambio de conocimiento, es por ello que se ha venido implementando con mayor frecuencia los servicios web diseñando bases de datos. (Bermúdez, Chalela, Valencia, & Valencia, 2017)

## **2.3. TEORÍAS RELACIONADAS A LA VARIABLE ESTRÉS**

### **2.3.1. ESTRÉS**

La Organización Mundial de la Salud denomina al estrés como el conjunto de respuestas fisiológicas, es decir nuestro organismo es preparado para la acción. ( Ministerio de Salud del Gobierno de El Salvador., 2016); de igual manera (Huamantuna, 2018) determina al estrés como una reacción deliberada del organismo ante cualquier requerimiento efectuado, y éste es desencadenado por ciertos estímulos conocidos como estresores. A su vez la Real Academia Española (RAE) indica que estresor es lo que crea estrés; a ello se agrega lo mencionado por (Cazau, 2000) argumentando que el estrés es cualquier cambio

externo o interno percibido como peligro en algún sentido desencadenando una reacción de estrés.

### **2.3.2. ESTRÉS ACADÉMICO**

Se considera el estrés académico a lo que padece un estudiante cuando realiza sus actividades educativas, puede presentarse desde el nivel inicial hasta el universitario (Gutiérrez, y otros, 2010); de igual manera (Berrío & Mazo, 2011) describen al estrés académico como la activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual, ante estímulos académicos, además que el estrés académico se relaciona con los logros de resultados académicos, como también con sus deficiencias y en el peor de los casos el abandono de los estudios.

Por otro lado (Umar, 2019) identifica como estresores académicos a la intranquilidad por el rendimiento, causante de ansiedad, insomnio o cambios de apetito, además de una distorsión del estado de ánimo en general, también el temor a los exámenes, de igual manera el factor financiero que los estudiantes tienen cuando no pueden sostener sus estudios y estilos de vida son causantes de estrés, también el autor menciona las relaciones entre los alumnos el querer tener amigos genera estrés y si no los obtienen se deprimen y finalmente una deficiente gestión del tiempo, ya que la no planificación entre los estudiantes causa estrés, finalmente (Gutiérrez & Amador, 2016) indican que las condiciones sociales, económicas, familiares, culturales e institucionales, deben tenerse en cuenta como posibles causantes del estrés en los estudiantes además del temperamento.

### **2.3.3. FASES DEL ESTRÉS**

- **FASE 1: ALARMA**

Constituye un claro avistamiento de un agente estresante, cuyas respuestas fisiológicas representan las primeras que advierten a la persona el deber de ponerse en situación de alerta, como por ejemplo cuando hay exceso de trabajo o estudio; en

esta etapa todavía se puede hacer frente al estrés y tomar medidas adecuadas para que no llegue a materializarse. (Melgosa, 1995)

- **FASE 2: RESISTENCIA**

Cuando la fase de alarma se prolonga, se le denomina resistencia, en donde el individuo intenta continuar enfrentando la situación; sin embargo, ignora los límites de sus capacidades, y por efecto se frustra, pierde energía, rendimiento acompañado de ansiedad ante el fracaso. (Melgosa, 1995)

- **FASE 3: AGOTAMIENTO**

Es la última fase del estrés, está caracterizada por la fatiga, ansiedad y depresión, pudiendo aparecer de forma simultánea o por separado, las energías no se reponen con el sueño por las noches y por lo general va acompañado de nervios, irritabilidad e ira; en cuanto a la depresión, la persona carece de motivación para realizar sus tareas diarias, sufren insomnio, pensamientos negativos y sentimientos pesimistas hacia uno mismo. Lo importante es ser conscientes de que todas las personas tenemos un límite y debe ser respetado sin sobrepasarlos. (Melgosa, 1995)

#### **2.3.4. ESTRÉS LABORAL O SÍNDROME DE BURNOUT**

El estrés laboral ocurre por una exigencia alta en el trabajo, haciéndose notorio como enfermedad y afectando el desempeño de los trabajadores, ya que provoca la disminución de la eficiencia laboral en todos los ámbitos (Peiró, 2014) por otro lado el nombre Burnout es una expresión que significa quemado, que es lo mismo cuando el trabajador se siente agotado. Según la OMS, el estrés laboral es una enfermedad de índice internacional, causado por un factor estresante constituido por el propio trabajo del individuo. (Carlín, 2014); de igual manera (Condori & Yáñez, 2016) en su tesis de pregrado indican que el estrés

laboral, es una consecuencia de eventos estresantes relacionados con el trabajo y la conexión que el trabajador tiene con limitaciones en su trabajo, siendo esta la clave para la aparición del síndrome.

### **2.3.5. VARIABLES PREDICTORAS DEL SÍNDROME DE BURNOUT**

(Mogollón & Rojas, 2019) describen la existencia de una inestabilidad predictora, dentro de ellas las profesionales, organizacionales y los interpersonales o ambientales.

- **VARIABLES PROFESIONALES U ORGANIZACIONALES**

Se caracteriza por el error profesional, sin la naturaleza del entorno respecto al trabajo realizado, como por ejemplo excesos razonables, nuevas tecnologías, las cuales influyen alterando las habilidades del trabajador que debe poner en práctica en su centro laboral.

- **VARIABLES INTERPERSONALES Y/O AMBIENTALES**

Estas variables no están vinculadas con el trabajo, sino con variables externas como familia, amigos, etc., esta variable describe las emociones de felicidad y placer que un trabajador presenta en su forma de vida, los problemas familiares es un indicador para que el individuo sufra del síndrome, los cuales pueden llevar también al agotamiento.

### **2.3.6. ESTRESORES ACADÉMICOS (E-CEA)**

Los estresores académicos son los que afrontan los estudiantes y docentes como por ejemplo exámenes, pruebas, trabajos, presentaciones, revisiones, calificaciones etc., esta reacción activa al individuo para responder con eficiencia y conseguir las metas, tanto como profesores y estudiantes, pero en ocasiones cuando las exigencias

son mayores a las que se pueden lograr, puede agudizar la respuesta y disminuir el rendimiento. (Cabanach, Valle, Rodríguez, Piñeiro, & Freire, 2009)

### **2.3.7. RESPUESTA AL ESTRÉS (R-CEA)**

Es la reacción fisiológica ante los estímulos estresores, el organismo tiene una serie de respuestas que suponen activación del eje hipofisoadrenal y del sistema nervioso vegetativo, este último agrupa los intentos de buscar ayuda y comprensión para la situación emocional. (Cabanach, Valle, Rodríguez, Piñeiro, & Freire, 2009)

### **2.3.8. ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DE ESTRÉS**

El componente motor de respuesta al estrés generalmente se denominan conductas o estrategias de afrontamiento, son procesos cognitivos y conductuales, engloban respuestas específicas o estrategias concretas de carácter muy diverso, estas estrategias están dirigidas a modificar y controlar la situación, las cuales implican una solución analítica y racional al problema, y el afrontamiento se dirigen con un plan de acción para su solución denominándose planificación. (Cabanach, Valle, Rodríguez, Piñeiro, & Freire, 2009)

### **2.3.9. ESCALA DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO (A-CEA)**

La escala de afrontamiento, es una sub escala del cuestionario CEA, instrumento compuesto por 3 escalas que se utiliza para evaluar estresores académicos, la escala está conformada por 23 preguntas, las cuales están formuladas para evaluar estrategias cognitivas y conductuales que manejaría el alumno a la hora de afrontar el estrés académico, es una escala de tipo Likert y cada participante puede elegir entre 5 opciones; a su vez esta escala está dividida en 3 factores como se muestra a continuación.

- **PRIMER FACTOR: REEVALUACIÓN POSITIVA**  
Esta dimensión agrupa 9 preguntas (1; 3; 4; 5; 6; 14; 17; 18 y 19) El objetivo de estas preguntas es presentar diferentes maneras de afrontar el problema dirigidas a crear respuestas positivas, este factor es de carácter activo y positivo como cuando el estudiante se enfrenta a una situación problemática.
- **SEGUNDO FACTOR: BUSQUEDA DE APOYO SOCIAL**  
Incluye 7 preguntas (2; 8; 10; 13; 20; 21 y 23). En esta dimensión se evalúa el afrontamiento de naturaleza activa y conductual. Se basa en buscar el consejo como apoyo a los problemas y comprensión de los demás.
- **TERCER FACTOR: PLANIFICACIÓN Y GESTIÓN DE RECURSOS PERSONALES**  
Contempla 7 ítems (7; 9; 11; 12; 15; 16 y 22) que hace referencia a las estrategias con base en el razonamiento para cambiar el problema y el análisis, denota un tipo de afrontamiento activo.

#### **2.4. MARCO CONCEPTUAL**

- **ESTRÉS LABORAL**  
Ocurre por la alta exigencia laboral, esta enfermedad afecta el desempeño del trabajador, reduciendo la eficiencia laboral (Peiró, 2014)
- **PREVENCIÓN DEL ESTRÉS**  
Es necesario tener fortaleza física y psicológica, para que los niveles de cortisol emitidos por nuestro cuerpo disminuyan y así afrontar las situaciones que lo generan.



- **CAUSAS DEL ESTRÉS**

Las situaciones de estrés son causadas por que la persona lo percibe como una amenaza, pero no todas las situaciones de estrés son negativas pues obedecen a la forma en que se las percibe, pueden producirse distintos impactos en las personas.

- **TIC**

(Pérez & Merino, 2012) es un concepto utilizado para agrupar las técnicas de gestión y difusión de información como los video juegos, reproductores digitales, telefonía, internet, que forman parte de lo que es las tecnologías de información y comunicación.

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA**

#### **3.1. MÉTODO DE INVESTIGACIÓN**

La clase de investigación es cuantitativa, debido a que para la prueba de hipótesis se hará uso de herramientas estadísticas, así lo indica (Hernández & Mendoza, 2018) con los estudios de enfoque cuantitativo se predicen fenómenos buscando relaciones entre variables, teniendo como objetivo probar hipótesis.

#### **3.2. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN**

La presente investigación es de diseño no experimental, porque solo se busca la asociación entre las dos variables en estudio, no se realizará la manipulación de ninguna variable, así lo menciona (Hernández & Mendoza, 2018) los diseños no experimentales no manipulan la variable independiente, solo se observan los fenómenos en su ambiente natural.

#### **3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA**

La población está constituida por 12 docentes de la I.E. en estudio, al ser el muestreo no probabilístico por conveniencia, la muestra está compuesta por los 12 docentes.

### **3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS**

La técnica utilizada para el desarrollo de la investigación es la encuesta, y como instrumento se aplicó dos cuestionarios, uno para cada variable.

### **3.5. TÉCNICAS PARA PROCESAR Y ANALIZAR DATOS**

Se utilizaron plantillas de hoja de cálculo Excel, en el cual se describieron los resultados en tablas de distribución de frecuencias e histogramas y para el procesamiento de información correlacional se usó el SPSS.

## CAPÍTULO IV

### PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

#### 4.1. PRUEBA DE CONFIABILIDAD PARA CADA INSTRUMENTO

Se utilizó el estadístico Alfa de Cronbach para medir el nivel de confiabilidad para el cuestionario “Uso de las TIC” cuyos resultados son:

**Tabla 2**

*Alfa de Cronbach para el cuestionario Uso de las TIC*

$\alpha$ (ALFA) =	<b>0.9615165</b>
K (NUMERO DE ITEMS) =	68
$\sum V_i$ (VARIANZA DE CADA ITEM) =	61.7361111
$V_t$ (VARIANZA TOTAL) =	1173.16667

*Nota:* Elaborado por el autor, con SPSS (V.27)

También se utilizó el estadístico Alfa de Cronbach para medir el nivel de confiabilidad para el cuestionario “Estrés” cuyos resultados son:

**Tabla 3**

*Alfa de Cronbach para el cuestionario Estrés*

$\alpha$ (ALFA) =	<b>0.8918631</b>
K (NUMERO DE ITEMS) =	22
$\sum V_i$ (VARIANZA DE CADA ITEM) =	20.2777778
$V_t$ (VARIANZA TOTAL) =	136.388889

*Nota:* Elaborado por el autor, con SPSS (V.27)

En la siguiente tabla se observa la interpretación de los resultados del Coeficiente Alfa de Cronbach, en el cual se puede interpretar que ambos instrumentos tienen una Excelente confiabilidad.

**Tabla 4**

*Interpretación del Coeficiente Alfa de Cronbach*

Intervalos	Interpretación
0.53 a menos	Confiabilidad nula
0.54 a 0.59	Confiabilidad baja
0.60 a 0.65	Confiable
0.66 a 0.72	Muy confiable
0.72 a 0.99	Excelente confiabilidad
1.00	Confiabilidad perfecta

*Nota:* Tabla elaborada con información de Herrera (1998) Notas sobre psicometría. Bogotá. Universidad Nacional de Colombia.

Como se observa en la tabla 4 los resultados del Alfa de Cronbach que se encuentran entre los rangos (0.72 a 0.99) tienen una excelente confiabilidad, siendo el resultado para la variable (Uso de las TIC = 0.96) y para la variable (Estrés = 0.89)

#### **4.2. PRUEBA DE NORMALIDAD**

Primero se aplicó la prueba de normalidad por variable, con los resultados se determinó si es que los datos tienen una distribución normal (estadística paramétrica) o no tienen una distribución normal (estadística no paramétrica).

En el caso que los datos tuvieran una distribución normal, es decir basada en la estadística paramétrica, se hará uso del Coeficiente de Correlación Pearson, para la prueba de hipótesis.

Por el contrario, si los datos no tuvieran una distribución normal, es decir basada en la estadística no paramétrica, se hará uso del Coeficiente de Correlación Rho de Spearman, para la prueba de hipótesis.

A continuación, se plasma los resultados de la prueba de Normalidad.

**Tabla 5**

*Prueba de normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Uso de las TIC	0.354	12	0.000	0.732	12	0.002
Estrés	0.417	12	0.000	0.599	12	0.000

a. Corrección de significación de Lilliefors

*Nota:* Elaborado por el autor, con SPSS (V.27)

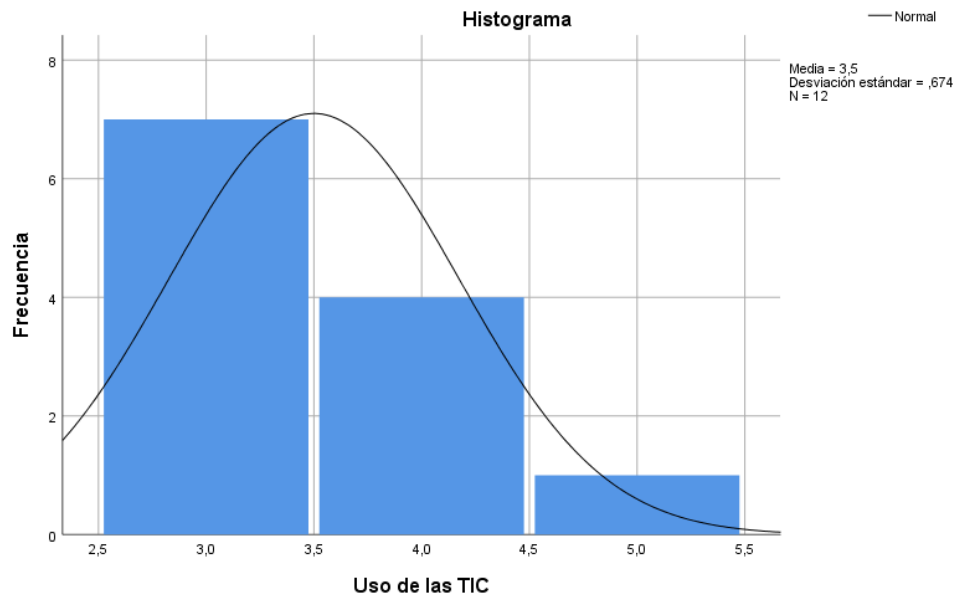
### Interpretación

Existen dos estadísticos para la prueba de normalidad, el de Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup> y Shapiro-Wilk; cuando la muestra es igual o mayor a cincuenta ( $n \geq 50$ ) se utiliza el estadístico Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup>, por el contrario, cuando la muestra es menor a cincuenta ( $n < 50$ ) se utiliza el estadístico Shapiro-Wilk; para el caso de la presente investigación la muestra es de doce ( $12 < 50$ ) por lo que se analizó el resultado basado en el estadístico Shapiro-Wilk.

Como se observa en la tabla 5, el nivel de Significancia para el (Uso de las TIC = 0.002) y para (El estrés = 0.000) siendo estos resultados menores a 0.05 (Sig. < 0.05), según la regla estadística cuando el resultado del nivel de Significancia es menor a 0.05 los datos tienen una distribución que no es normal (estadística no paramétrica), dichos resultados se pueden corroborar de forma gráfica, como se observa en las siguientes figuras, en donde los datos (barras) sobresalen y están por debajo de la curva de normalidad.

**Figura 1**

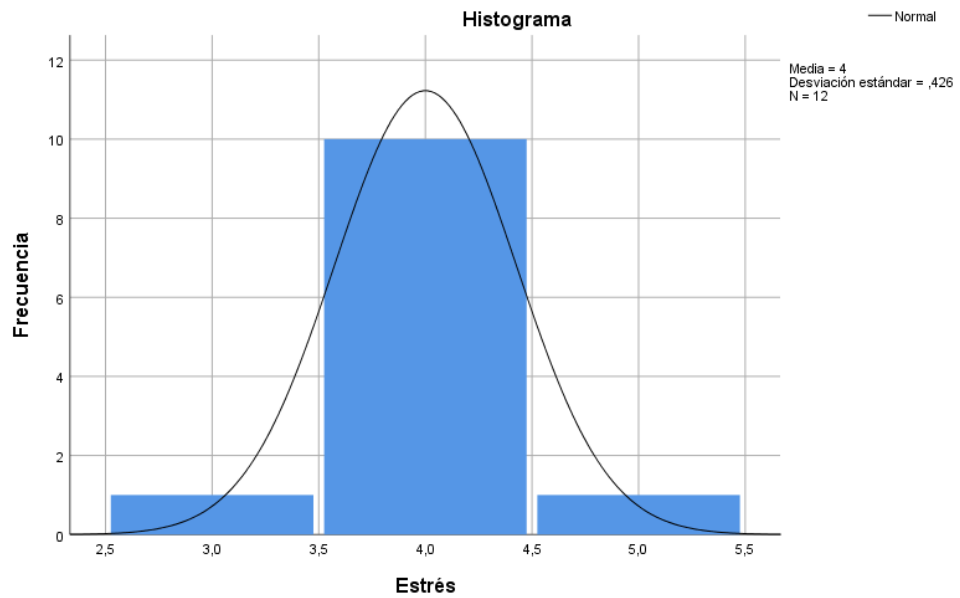
*Prueba de normalidad para el uso de las TIC*



*Nota:* Elaborado por el autor, con SPSS (V.27)

**Figura 2**

*Prueba de normalidad para el Estrés*



*Nota:* Elaborado por el autor, con SPSS (V.27)

### 4.3. EL USO DE LAS TIC POR PARTE DE LOS DOCENTES EN LAS CLASES VIRTUALES DE NIVEL PRIMARIO EN LA I.E. 40177 DIVINO CORAZÓN DE JESÚS UBICADO EN EL DEPARTAMENTO DE AREQUIPA- 2021

Los resultados descriptivos se plasmaron en una tabla de distribución de frecuencias con su respectivo histograma.

**Tabla 6**

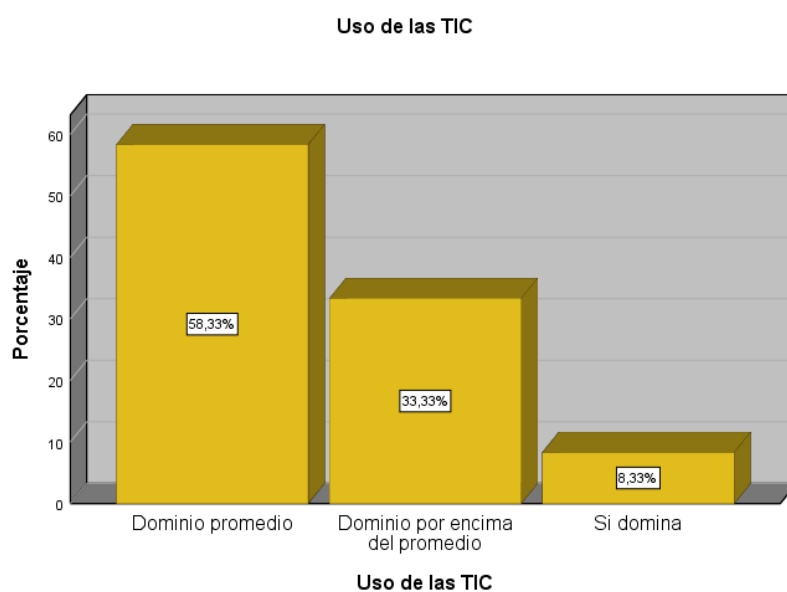
*Tabla de distribución de frecuencias para el Uso de las TIC*

Válido		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	Dominio promedio	7	58.3	58.3	58.3
	Dominio por encima del promedio	4	33.3	33.3	91.7
	Si domina	1	8.3	8.3	100.0
	Total	12	100.0	100.0	

*Nota:* Elaborado por el autor, con SPSS (V.27)

**Figura 3**

*Histograma para el uso de las TIC*



*Nota:* Elaborado por el autor, con Microsoft Excel.



**Interpretación:** Como se observa en la tabla número 6 y figura 3, del total de 12 participantes (100%) se aprecia que 7 de ellos (58.3%) tienen un dominio promedio de las TIC, 4 participantes (33.3%) tienen un dominio por encima del promedio y finalmente solo 1 participante (8.3%) si tienen un dominio en el uso de las TIC.

#### 4.3.1. BAREMACIÓN PARA EL USO DE LAS TIC

**Tabla 7**

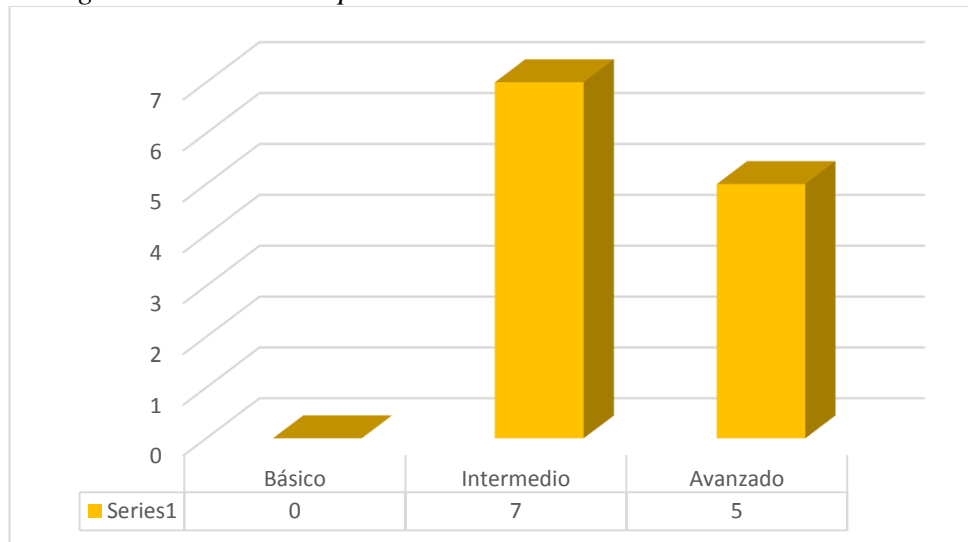
*Escalas de valoración para el uso de las TIC*

	Mínimo	Máximo	Nº	%
Básico	68	159	<b>0</b>	0.00
Intermedio	160	249	<b>7</b>	0.58
Avanzado	250	340	<b>5</b>	0.42

*Nota:* Elaborado por el autor, con Microsoft Excel.

**Figura 4**

*Histograma del Baremos para el uso de las TIC*



*Nota:* Elaborado por el autor, con Microsoft Excel.

**Interpretación:** En la tabla 7 y figura 4 se muestran los resultados en el cual 7 docentes tienen un dominio intermedio de las TIC, y 5 docentes tienen un nivel avanzado en el dominio de las TIC.

#### 4.4. NIVEL DE ESTRÉS POR PARTE DE LOS DOCENTES EN LAS CLASES VIRTUALES DE NIVEL PRIMARIO EN LA I.E. 40177 DIVINO CORAZÓN DE JESÚS UBICADO EN EL DEPARTAMENTO DE AREQUIPA- 2021

Los resultados descriptivos también se plasmaron en una tabla de distribución de frecuencias con su respectivo histograma.

**Tabla 8**

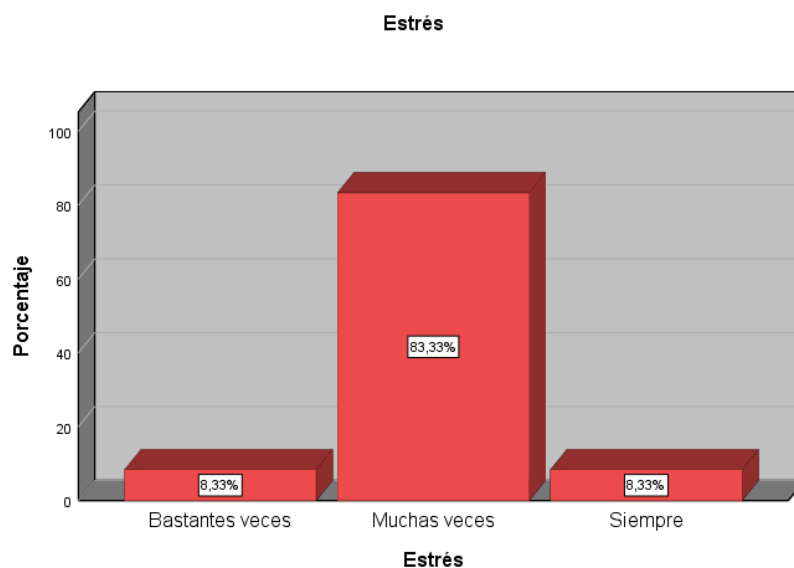
*Tabla de distribución de frecuencias para el Estrés*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bastantes veces	1	8.3	8.3	8.3
	Muchas veces	10	83.3	83.3	91.7
	Siempre	1	8.3	8.3	100.0
	Total	12	100.0	100.0	

*Nota:* Elaborado por el autor, con SPSS (V.27)

**Figura 5**

*Histograma para el Estrés*



*Nota:* Elaborado por el autor, con SPSS (V.27)

**Interpretación:** Como se observa en la tabla número 8 y figura 5, del total de 12 participantes (100%) se aprecia que solo 1 participante (8.3%) sufre de estrés bastantes veces; 10 participantes (83.3%) sufren de estrés muchas veces y solo 1 participante (8.3%) siempre sufre de estrés.

#### 4.4.1. BAREMACIÓN PARA EL ESTRÉS

**Tabla 9**

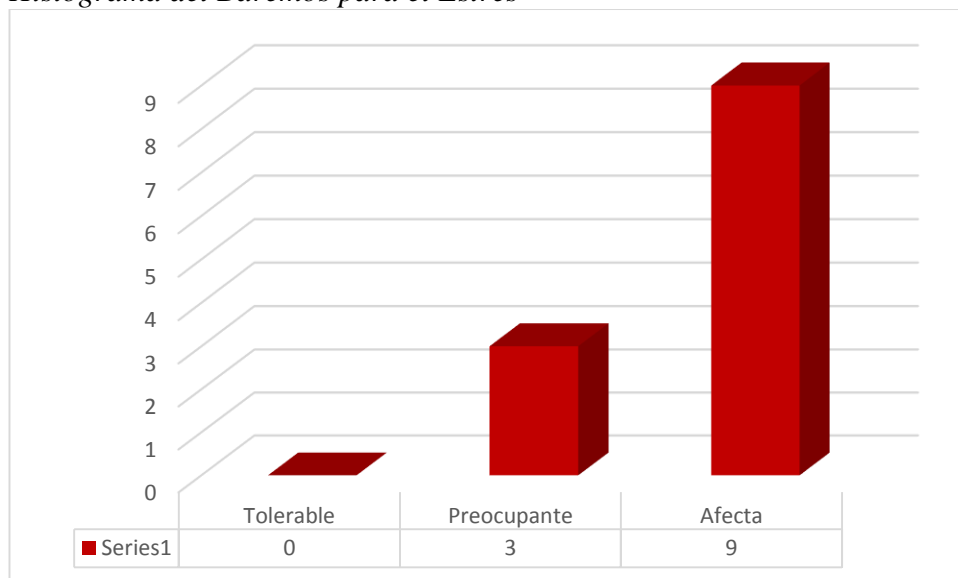
*Escalas de valoración para el Estrés*

	Mínimo	Máximo	N°	%
Tolerable	23	54	<b>0</b>	0.00
Preocupante	55	84	<b>3</b>	0.25
Afecta	85	115	<b>9</b>	0.75

*Nota:* Elaborado por el autor, con Microsoft Excel.

**Figura 6**

*Histograma del Baremos para el Estrés*



*Nota:* Elaborado por el autor, con Microsoft Excel.

**Interpretación:** En la tabla 9 y figura 6 se muestran los resultados en el cual 3 docentes tienen un estrés preocupante y a 9 docentes les afecta el estrés.

#### 4.5. RELACIÓN ENTRE EL USO DE LAS TIC Y EL ESTRÉS EN DOCENTES DE NIVEL PRIMARIO EN LA I.E. 40177 DIVINO CORAZÓN DE JESÚS UBICADO EN EL DEPARTAMENTO DE AREQUIPA- 2021

Para conocer si existe relación entre el uso de las TIC y el Estrés, se aplicó el Coeficiente de Correlación Rho de Spearman, cuyos resultados se muestran en la siguiente tabla.

**Tabla 10**

*Prueba de correlación entre la variable “Uso de las TIC” y la variable “Estrés”*

		Uso de las		
		TIC	Estrés	
Rho de Spearman	Uso de las TIC	Coeficiente de correlación	1.000	0.000
		Sig. (bilateral)	1.000	
		N	12	12
	Estrés	Coeficiente de correlación	0.000	1.000
		Sig. (bilateral)	1.000	
		N	12	12

*Nota:* Elaborado por el autor, con SPSS (V.27)

**Interpretación:** Los resultados indican que el nivel de Significancia es mayor a 0.05 (Sig. (bilateral)  $1.000 > 0.05$ ), en estos casos cuando el Sig. es mayor a 0.05 se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis de trabajo, por lo tanto: No existe una conexión entre el uso de las TIC y el estrés en docentes de nivel primario en la I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús ubicado en el departamento de Arequipa- 2021.

#### 4.6. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Siendo el objetivo de la presente investigación buscar la relación entre el uso de las TIC y el estrés en docentes de nivel primario en la I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús ubicado en el departamento de Arequipa- 2021; los resultados arrojaron que no existe dicha relación; dicho resultado se contrapone a los obtenidos por

Valeriano & Valeriano (2020) que realizaron una investigación cuyo objetivo fue saber la relación que existe en el uso de las TIC y el estrés, en la educación virtual en la I.E. Juana Cervantes, sus resultados arrojaron un  $r =$  de -0.414, con lo que los autores concluyen que existe relación negativa de por medio, en el uso de las TIC y el estrés en los estudiantes de dicha institución educativa.

En el caso del estrés, el 25% de los participantes presentan estrés que es preocupante y al 75% el estrés les afecta en su vida diaria; estos resultados se asemejan a los obtenidos por Hacca & Tapia (2021) quienes al analizar a 20 docentes obtuvieron como resultado una elevada tensión en un 95%, se presentando efectos de depresión, agresividad, nostalgia, desconcentración y angustia; de igual manera los resultados de Párraga & Escobar (2020) indican que de una muestra de 20 docentes el 90% padece de estrés laboral, además, la edad, el sexo, el estado civil y el número de hijos contribuyen a aumentar el estrés.

Por otro lado, Banda & Moscoso (2020) cuya muestra estuvo conformada por 7 docentes, en el que concluyeron que los participantes tienen problemas de concentración, problemas de salud, mal humor e insomnio, es decir que el cambio de modalidad de presencial a virtual impacta negativamente las reacciones fisiológicas, cognitivas y de conducta, además los resultados de la presente investigación se asemejan mucho al de López (2020) en el que el 46.3% del 100% de docentes presentan el Síndrome de Burnout de nivel bajo, específicamente en la dimensión cansancio emocional.

Finalmente, el problema del estrés y el uso de las TIC, no solo es un problema en los docentes también es en los estudiantes, así lo indicaron Alfaro & Castro (2020) en donde concluyó que el 50% de los estudiantes tienen estrés severo.

## **CAPÍTULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **5.1. CONCLUSIONES**

- En relación al uso de las TIC por parte de los docentes en las clases virtuales de nivel primario en la I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús, de un total de 12 docentes, 7 de ellos tienen un dominio intermedio y 5 docentes tienen un nivel avanzado en su uso.
  
- El nivel de estrés de los docentes en las clases virtuales de nivel primario en la I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús, presentan un nivel preocupante en 3 docentes y a 9 de ellos le afecta en su día a día.
  
- No existe relación entre el uso de las TIC y el estrés en los docentes en las clases virtuales de nivel primario en la I.E. 40177 Divino Corazón de Jesús, es decir que ambas variables son independientes una de otra.

#### **5.2. RECOMENDACIONES**

- Capacitar a los docentes en el uso de las TIC, ya que los resultados indican que más de la mitad de ellos tienen un dominio intermedio.

- El nivel de estrés de los docentes es un factor determinante, por lo que se debe invertir en charlas y mecanismos para afrontarlos, guiado de un especialista.
- Ahondar en futuras investigaciones, para saber cuáles son las fuentes de estresores en los docentes, ya que el uso de las TIC, no se relaciona con su estrés.

## BIBLIOGRAFÍA

- Ministerio de Salud del Gobierno de El Salvador. (2016). Unidad de Salud Mental. .  
Obtenido de  
[https://www.salud.gob.sv/archivos/pdf/seguridad\\_ocupacional\\_2016\\_presentaciones/pre\\_sentacion09082016/MANEJO-DEL-ESTRES-TALENTO-HUMANO-EN-SALUD.pdf](https://www.salud.gob.sv/archivos/pdf/seguridad_ocupacional_2016_presentaciones/pre_sentacion09082016/MANEJO-DEL-ESTRES-TALENTO-HUMANO-EN-SALUD.pdf)
- Alfaro, & Castro. (2020). Estrés académico en los estudiantes de cuarto grado de secundaria de la IE Inmaculada Concepción Arequipa 2020. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Obtenido de  
<http://hdl.handle.net/20.500.12773/11949>
- Banco Mundial. (2020). *Pandemia de COVID - 19*. Obtenido de Impacto en la educación y respuestas en materia de políticas:  
<https://www.bancomundial.org/es/topic/education/publication/the-covid19-pandemic-shocks-to-education-and-policy-responses>
- Banda, & Moscoso. (2020). Estrés y motivación en la docencia virtual, con estudiantes de bachillerato de una institución educativa privada, en Guayaquil. Universidad de Guayaquil. Obtenido de  
<http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/53028>
- Barroso, Cabero, & Valencia. (2020). Visiones desde la Neurociencia-Neurodidáctica para la incorporación de las TIC en los escenarios educativos. . *Revista de Ciencias Sociales Ambos Mundos*, 1, 7 - 22.
- Bermúdez, Chalela, Valencia, & Valencia. (2017). Research Trends in the Study of ICT Based Learning Communities: A Bibliometric Analysis *EURASIA Journal of Mathematics Science and Technology Education*. 13(5). Obtenido de  
<https://www.ejmste.com/download/research-trends-in-the-study-of-ict-based-learning-communities-a-bibliometric-analysis-4731.pdf>
- Berrío, & Mazo. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 65 - 82. Obtenido de  
<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v3n2/v3n2a6.pdf>
- Cabanach, Valle, Rodríguez, Piñeiro, & Freire. (2009). *Escala de afrontamiento del estrés académico (A-CEA)* . Obtenido de [www.usc.es/suips](http://www.usc.es/suips)
- Carlín. (2014). El síndrome de burnout: comprensión del pasado, análisis del presente y perspectivas de futuro. 25 - 36. España: Editorial Wanceulen S.L.
- Cazau. (2000). Vocabulario de Psicología. Obtenido de <https://glosarios.servidor-alicante.com>
- Condori, & Yáñez. (2016). ) El síndrome de burnout en el personal docente del distrito de José Luis Bustamante Y Rivero de la unidad de gestión educativa local Arequipa



- Sur – 2016. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Obtenido de <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/3771/Ricomarp.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Galván. (2021). Las clases virtuales durante la pandemia de COVID-19. . *Revista de la Fundación Educación Médica*, 2(3). Obtenido de <https://dx.doi.org/10.33588/fem.243.1129>
- Gómez, & Pomares. (2012). Aula virtual en tres dimensiones y la gestión del conocimiento. . *Revista ACTIVA*. Obtenido de <http://ojs.tdea.edu.co/index.php/cuadernoactiva/articl>
- Gutiérrez, & Amador. (2016). 24(45), 23 - 28. Obtenido de <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/quipu/article/view/12457/11150>
- Gutiérrez, Montoya, Toro, Briñon, Rosas, & Salazar. (2010). Depresión en Estudiantes Universitarios y su Asociación con el Estrés. Académico. . *Revista CES Medicina*, 24(1), 7 - 17.
- Hacca, & Tapia. (2021). Nivel de estrés en los docentes durante la educación virtual en la Institución Educativa César Vallejo Mendoza, Upina. WAYNARROQUE. *Revista de Ciencias Sociales Aplicadas. Revista de ciencias sociales aplicadas*, 63 - 70.
- Hernández, & Mendoza. (2018). *Metodología de la Investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México: McGRAW-HILL.
- Huamantuna. (2018). Funcionalidad familiar y estrés académico en estudiantes del primer año de ingenierías, Universidad Católica de Santa María, Arequipa – 2017. . Obtenido de <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/7203/B4.1601.MG.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- La República de Arequipa . (12 de febrero de 2021). Arequipa: 6.400 estudiantes tuvieron problemas de conectividad en el 2020. Obtenido de <https://larepublica.pe/sociedad/2021/02/12/arequipa-6400-estudiantes-tuvieron-problemas-de-conectividad-en-el-2020-lrsd/?ref=lre>
- López. (2020). Síndrome de Burnout en docentes universitarios durante dictado de clases virtuales. Universidad de Huánuco. Obtenido de <https://doi.org/10.37711/desafios.2020.11.2.209>
- Melgarejo. (2021). Brecha digital en el Perú: ¿Cómo vamos y qué nos falta para acortarla? *Diario El Comercio*,. Obtenido de <https://elcomercio.pe/tecnologia/tecnologia/brecha-digital-en-el-peru-como-vamos-y-que-nos-falta-para-acortarla-educacion-alfabetizacion-d>
- Melgosa. (1995). Nuevo estilo de vida. ¡Sin estrés! . *Madrid: Safeliz*.

- Mogollón, & Rojas. (2019). Síndrome de burnout y desempeño laboral en docentes de I.E nacionales del distrito de Caylloma. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Obtenido de <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/10591/PSmoyajr.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Mostafa, Ahmad, Sosahabi, & Berahman. (2017). The role of ICT in learning – teaching process; Scientific Publishing House „DARWIN”. Journal World Scientific News. 72., 467-478. Obtenido de <http://psjd.icm.edu.pl/psjd/element/bwmeta1.element.psjd-c97d97c5-cec3-4c16-84ef-2cb258c9073b>
- Nivel de estrés en los docentes durante la educación virtual en la Institución Educativa César Vallejo Mendoza, Upina. (s.f.). *Revista de Ciencias Sociales Aplicadas*, 1(2), 63 -70. Obtenido de Hacca y Tapia (2021)
- Ojeda, Ortega, & Boom. (2020). Análisis de la percepción de estudiantes presenciales acerca de clases virtuales como respuesta a la crisis del Covid-19. . 41. Obtenido de <https://revistaespacios.com/a20v41n42/a20v41n42p07.pdf>
- Parraga, & Escobar. (2020). en su investigación titulada: Estrés laboral en docentes de educación básica por el cambio de modalidad de estudio presencial a virtual. *Revista Científica Multidisciplinaria Arbitrada YACHASUN*. 4(7).
- Peiró. (2014). Peiró (2014). Estrés laboral y riesgos psicosociales: investigaciones recientes para su análisis y prevención. Valencia, España. 11 - 22. Ediciones de la Universidad de Valencia.
- Pérez, & Merino. (2012). Obtenido de <https://definicion.de/tic/>
- Pérez, & Merino. (2012). Obtenido de <https://definicion.de/tic/>
- Pérez, & Merino. (2017). Definición de aula virtual. Obtenido de <https://definicion.de/aula-virtual/>
- Síndrome de Burnout en docentes universitarios durante dictado de clases virtuales. . <https://doi.org/10.37711/desafios.2020.11.2.209>. (s.f.).
- Síndrome de Burnout en docentes universitarios durante dictado de clases virtuales. Universidad de Huánuco, Huánuco, Perú. (s.f.).
- Sunkel. (2010). TIC para la educación en América Latina. Obtenido de <http://www.fediap.com.ar/administracion/pdfs/TIC%20para%20la%20Educaci%C3%B3n%20en%20Am%C3%A9rica%20Latina%20-%20Guillermo%20Sunkel%20-%20CEPAL.pdf>
- Umar. (2019). Impact of Academic Stress and Coping Strategies among Senior Secondary School Students in Kaduna State, Nigeria. *International Journal of Innovative Social & Science Education Research*. 7(1), 40 - 44. Obtenido de <https://seahipaj.org/journals-ci/mar-2019/IJISSER/full/IJISSER-M-6-2019.pdf>

Valeriano, & Valeriano. (s.f.). Uso de las TICs y el estrés en tiempos de pandemia en la institución educativa secundaria "Juana Cervantes de Bolognesi" 2020. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Obtenido de <http://hdl.handle.net/20.500>.