

**FACULTAD DE INGENIERÍA**

Escuela Académico Profesional de Ingeniería Industrial

Trabajo de Investigación

**Cómo influye el nivel de estrés al ser alumno, trabajador activo con familia en la Modalidad Gente que Trabaja de la Universidad Continental en los años 2016-2018**

Harold Enrique Hilasaca Jiménez

Para optar el Grado Académico de  
Bachiller en Ingeniería Industrial

Arequipa, 2019

## ÍNDICE DOCUMENTOS

RESUMEN.....	xi
ABSTRACT .....	xii
CAPÍTULO I.....	1
PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO .....	1
1.1. Planteamiento y formulación del problema .....	1
1.1.1. Planteamiento del problema .....	1
1.1.2. Formulación del problema.....	2
1.2. Objetivos .....	2
1.2.1. Objetivo general.....	2
1.2.2. Objetivos específicos .....	2
1.3. Justificación e importancia .....	2
1.4. Hipótesis y descripción de variables .....	2
1.4.1. Hipótesis .....	2
1.4.2. Descripción de variables .....	3
CAPÍTULO II .....	4
MARCO TEÓRICO.....	4
2.1. Antecedentes del Problema.....	4
2.2. Bases Teóricas .....	12
2.2.1. Universidad Continental: .....	12
2.2.2. Modalidad gente que trabaja: .....	12
2.2.3. Alumno: .....	12
2.2.4. Estrés .....	13
2.2.5. Eustrés: .....	14

2.2.6.	Distrés: .....	15
2.2.7.	Riesgos psicosociales: .....	17
2.2.8.	Calidad de vida laboral: .....	17
2.2.9.	Factores psicosociales laborales: .....	18
2.2.10.	El trabajo como riesgo: .....	18
2.2.11.	Los riesgos laborales: .....	19
2.2.12.	Factores psicosociales: .....	19
2.2.13.	Relaciones entre factores psicosociales laborales con el estrés y la presión arterial: .....	20
2.3.	Definición de Términos Básicos .....	20
CAPÍTULO III .....		22
METODOLOGÍA .....		22
3.1.	Método, y alcance de la investigación .....	22
3.2.	Diseño de la investigación .....	25
3.3.	Población y muestra.....	26
3.4.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	26
CAPÍTULO IV:.....		27
CONSTRUCCION .....		27
4.1.	Construcción de la solución .....	27
a.	Selección de la muestra: .....	27
b.	Toma de muestras:.....	27
c.	Procesamiento de datos:.....	28
d.	Análisis e interpretación de resultados: .....	28
e.	Elaboración del informe y revisión .....	28
4.2.	Pruebas y resultados tablas gráficos .....	28
a.	Sexo:.....	29
b.	Estado Civil.....	30
c.	Número de Hijos .....	31
d.	Sector que trabajan.....	32
e.	Tipo de Trabajo.....	33
f.	Condición de ser Alumno, trabajador activo con familia o Alumno, trabajador o Alumno con familia o Alumno .....	34
g.	Edad .....	35

h. Puesto de trabajo / Cargo .....	37
i. Sistema de Trabajo .....	38
a) Primera Dimensión:.....	39
b) Segunda Dimensión:.....	45
c) Tercera Dimensión:.....	50
d) Cuarta Dimensión:.....	56
e) Quinta Dimensión:.....	59
CAPÍTULO V:.....	63
RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	63
5.1. Resultados del tratamiento y análisis de la información (tablas y figuras).....	63
5.1.1. Resultado obtenido de la Primera Dimensión:.....	63
5.1.2. Resultado obtenido de la segunda Dimensión: .....	64
5.1.3. Resultado obtenido de la tercera Dimensión: .....	65
5.1.4. Resultado obtenido de la cuarta Dimensión: .....	67
5.1.5. Resultado obtenido de la Quinta Dimensión:.....	68
CONCLUSIONES.....	73
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	75
ANEXOS .....	78

## ÍNDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1</i> Tipos de estrés .....	14
<i>Tabla 2</i> Puntuación de la versión breve del cuestionario SUSES0/ISTAS 21.....	23
<i>Tabla 3</i> Sexualidad de la muestra .....	29
<i>Tabla 4</i> Estado civil de la muestra.....	30
<i>Tabla 5</i> Número de hijos de la muestra .....	31
<i>Tabla 6</i> Sector que trabaja de la muestra .....	32
<i>Tabla 7</i> Tipo de trabajo de la muestra .....	33
<i>Tabla 8</i> Condición de ser Alumno, trabajador activo con familia o Alumno, trabajador o Alumno con familia o Alumno .....	34
<i>Tabla 9</i> Edad de la muestra.....	35
<i>Tabla 10</i> Puesto de trabajo / Cargo.....	37
<i>Tabla 11</i> Sistema de Trabajo de la muestra .....	38
<i>Tabla 12</i> Valores pregunta 1 .....	39
<i>Tabla 13</i> Tabulación de los valores de la pregunta 2 .....	41
<i>Tabla 14</i> Tabulación de los valores de la pregunta 3 .....	42
<i>Tabla 15</i> Tabulación de los valores de la pregunta 4 .....	43
<i>Tabla 16</i> Tabulación de los valores de la pregunta 5 .....	44
<i>Tabla 17</i> Tabulación de los valores de la pregunta 6 .....	45
<i>Tabla 18</i> Tabulación de los valores de la pregunta 7 .....	46
<i>Tabla 19</i> Tabulación de los valores de la pregunta 8 .....	47
<i>Tabla 20</i> Tabulación de los valores de la pregunta 9 .....	48
<i>Tabla 21</i> Tabulación de los valores de la pregunta 10.....	49
<i>Tabla 22</i> Tabulación de los valores de la pregunta 11 .....	50
<i>Tabla 23</i> Tabulación de los valores de la pregunta 12.....	51
<i>Tabla 24</i> Tabulación de los valores de la pregunta 13.....	52
<i>Tabla 25</i> Tabulación de los valores de la pregunta 14.....	53
<i>Tabla 26</i> Tabulación de los valores de la pregunta 15.....	55
<i>Tabla 27</i> Tabulación de los valores de la pregunta 16.....	56
<i>Tabla 28</i> Tabulación de los valores de la pregunta 17.....	57

<i>Tabla 29</i> Tabulación de los valores de la pregunta 18.....	58
<i>Tabla 30</i> Tabulación de los valores de la pregunta 19.....	60
<i>Tabla 31</i> Tabulación de los valores de la pregunta 20.....	61
<i>Tabla 32</i> Resultado obtenido de la Primera Dimensión.....	63
<i>Tabla 33</i> Resultado obtenido de la segunda Dimensión:.....	64
<i>Tabla 34</i> Resultado obtenido de la tercera Dimensión.....	66
<i>Tabla 35</i> Resultado obtenido de la cuarta Dimensión.....	67
<i>Tabla 36</i> Resultado obtenido de la Quinta Dimensión.....	68
<i>Tabla 37</i> Análisis de los resultados obtenidos en las cinco dimensiones.....	69

## ÍNDICE DE FIGURAS

<i>Figura 1</i> Grafico circular del sexo de la muestra.....	29
<i>Figura 2</i> Estado civil de la muestra.....	30
<i>Figura 3</i> Número de hijos de la muestra.....	31
<i>Figura 4</i> Sector en el que trabaja la muestra.....	33
<i>Figura 5</i> Tipo de trabajo de la muestra .....	34
<i>Figura 6</i> Condición de ser Alumno, trabajador activo con familia o Alumno, trabajador o Alumno con familia o Alumno .....	35
<i>Figuran 7</i> Edades de la muestra .....	36
<i>Figura 8</i> Cantidad de personas por Puesto de trabajo / Cargo.....	38
<i>Figura 9</i> Sistema de Trabajo .....	39
<i>Figura 10</i> Pregunta 1 .....	40
<i>Figura 11</i> Grafico de los valores de la pregunta 2 .....	41
<i>Figura 12</i> Grafico de los valores de la pregunta 3 .....	42
<i>Figura 13</i> Grafico de los valores de la pregunta 4 .....	43
<i>Figura 14</i> Grafico de los valores de la pregunta 5 .....	44
<i>Figura 15</i> Grafico de los valores de la pregunta 6 .....	45
<i>Figura 16</i> Grafico de los valores de la pregunta 7 .....	46
<i>Figura 17</i> Grafico de los valores de la pregunta 8 .....	47
<i>Figura 18</i> Grafico de los valores de la pregunta 9 .....	48
<i>Figura 19</i> Grafico de los valores de la pregunta 10 .....	49
<i>Figura 20</i> Grafico de los valores de la pregunta 11 .....	51
<i>Figura 21</i> Grafico de los valores de la pregunta 12 .....	52
<i>Figura 22</i> Grafico de los valores de la pregunta 13 .....	53
<i>Figura 23</i> Grafico de los valores de la pregunta 14 .....	54
<i>Figura 24</i> Grafico de los valores de la pregunta 15 .....	55
<i>Figura 25</i> Grafico de los valores de la pregunta 16 .....	56
<i>Figura 26</i> Grafico de los valores de la pregunta 17 .....	58
<i>Figura 27</i> Grafico de los valores de la pregunta 18 .....	59
<i>Figura 28</i> Grafico de los valores de la pregunta 19 .....	60
<i>Figura 29</i> Grafico de los valores de la pregunta 20 .....	61
<i>Figura 30</i> Dimensión exigencias psicológicas .....	64
<i>Figura 31</i> Dimensión trabajo activo y desarrollo de habilidades.....	65

Figura 32 Dimensión apoyo social en la empresa .....	66
<i>Figura 33</i> Dimensión compensaciones .....	67
<i>Figura 34</i> Dimensión doble presencia.....	68



## **RESUMEN**

El presente trabajo tiene como objetivo identificar el nivel de estrés al ser alumno, trabajador activo con familia en la universidad continental en los años 2016-2018, pretendiendo dar a conocer sobre las influencias del estrés en su vida rutinaria y a las consecuencias que puede conllevar. Por otra parte, el planteamiento de cooperar a poder identificar y solucionar el problema desde la acción, brindando una información clara y actual sobre los riesgos de psicosociales relacionados a sus puestos de trabajo, estudios y familias, permitirá entender y fijar medidas de prevención para su bienestar.

La metodología que se utilizara será la toma de datos a través de una encuesta, las cuales serán traducidos a una escala cuantitativa para identificar de manera cualitativa los principales factores que elevan el nivel de estrés.

Se establecerá alternativas para reducir el nivel de estrés del alumno, trabajado activo con familia en la universidad continental en los años 2016-2018.

Palabras clave:

Nivel, Estrés, identificar, riesgo, psicosociales.

## **ABSTRACT**

The present work aims to identify the level of stress as a student, active worker with family in the continental university in the years 2016-2018, pretending to make known about the influences of stress in their routine life and the consequences that may entail. On the other hand, the approach of cooperating to be able to identify and solve the problem from the action, providing a clear and current information about the psychosocial risks related to their jobs, studies and families, will allow understanding and setting preventive measures for their wellness.

The methodology that will be used will be the taking of data through a survey, which will be translated on a quantitative scale to qualitatively identify the main factors that raise the level of stress.

Alternatives will be established to reduce the stress level of the student, working actively with family in the continental university in the years 2016-2018.

Keywords:

Level, stress, identify, risk, psychosocial.