

APORTES DE LA DANZA EN LA REDUCCIÓN DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PREGRADO DE LA FACULTAD DE MEDICINA DE LA UNMSM

CONTRIBUTIONS OF DANCE TO THE REDUCTION OF ACADEMIC STRESS IN UNMSM UNDERGRADUATE STUDENTS OF THE FACULTY OF MEDICINE

CONTRIBUIÇÕES DA DANÇA PARA A REDUÇÃO DO ESTRESSE ACADÊMICO EM ALUNOS DE GRADUAÇÃO DA UNMSM DA FACULDADE DE MEDICINA.

Recibido: 07 de octubre del 2020

Aprobado: 10 de diciembre del 2020

Hugo Enrique **ASIAN CANCHIS**¹

Luis Fernando **BLANCO AYALA**²

Silvia Raquel **RAMIREZ LINAREZ**³

Resumen:

En este artículo se determina el alcance del impacto de la práctica de la danza sobre el estrés, que fue desarrollada en 2017 por estudiantes de pregrado de Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Esta investigación científica con enfoque cuantitativo tiene un diseño cuasi experimental. Se probaron 200 estudiantes en cada grupo experimental y grupo de control antes y después. Los resultados mostraron que el grupo de control tuvo un desarrollo significativo. El grupo experimental (grupo experimental) y el grupo sin el experimento mencionado anteriormente (grupo de control). Para el estudio se diseñó una Encuesta para identificar la variación entre los grupos de estudio. Se

¹Universidad Nacional Mayor de San Marcos. ORCID 0000-0002-3830-5286

²Universidad Nacional Mayor de San Marcos. ORCID 0000-0001-8594-3013

³Universidad Nacional Mayor de San Marcos. ORCID 0000-0002-2181-9504

concluye que existe una relación directa y significativa entre las variables: “práctica de la danza” y “estrés académico” en los estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos presentando un coeficiente de significancia de 0.05.

Palabras Clave: Estrés académico, practica de danza, estudiantes de medicina.

Abstract.

This article determines the scope of the impact of dance practice on stress, which was developed in 2017 by undergraduate students of the Faculty of Medicine of the Universidad Nacional Mayor de San Marcos. The type of research is based on the quasi-experiment, for which 200 students were tested in each experimental group and control group before and after. The results showed that the control group had significant development The experimental group (experimental group) and the group without the aforementioned experiment (control group). For the study, a survey was designed to identify the variation between the study groups. It is concluded that there is a direct and significant relationship between the variables: "dance practice" and "academic stress" in the students of the Faculty of Medicine of the Universidad Nacional Mayor de San Marcos, presenting a coefficient of significance of 0.05.

Key Words: Academic stress, dance practice, medical students

Introducción.

Durante décadas, la danza se ha realizado en diferentes entornos e incluso en entornos escolares. Algunos autores mencionaron su práctica (psicológica, médica) en los planes de salud. Prevención y educación de enfermedades. Por tanto, resulta que se trata de una técnica o método educativo cuya finalidad es mejorar la función y las habilidades comunicativas a través de ejercicios de libre expresión. También puede contrarrestar los efectos negativos del estrés en

diferentes áreas, así como que los estudiantes eviten estilos de vida sedentarios y defiendan a las personas activas. Marín, (2011).

La definición de danza es compleja, por lo que incluiremos la expresión de Megías (2009), quien señaló: "La danza es la ejecución de movimientos que acompañan al cuerpo, brazos y piernas". Además, "La danza es el movimiento rítmico del cuerpo, generalmente acompañado de Música. "Se trata de "una serie de movimientos corporales realizados regularmente con el sonido de un sonido o instrumento". Esto nos permite constatar que el movimiento se convierte en un medio de expresión, comunicación y relajación, entre otras cosas, promueve la auténtica creación artística y el fenómeno cultural básico de prevenir el estrés.

La danza fomenta la espontaneidad, la autenticidad y la disciplina, y mejora la capacidad de desarrollo general de los estudiantes. Es un medio importante para forjar el desarrollo personal de las personas. Se considera la forma de expresión más antigua. A través de ella, puedes sentir alegría, tristeza, amor y vida. Este suele ser un aspecto mágico: la base para liberar la tensión emocional.

Una experiencia de danza educativa te permite descubrir un mundo de expresión, comunicación e interacción con los demás. Un nuevo método de enseñanza de la danza puede relajar nuestro cuerpo y mente, comprender los principios básicos del ejercicio efectivo, hermoso y seguro, y estimular e inspirar el espíritu de pensamiento de los estudiantes, proporcionando así una estructura práctica y realista para la enseñanza de la danza. Al bailar, no olvides su principal objetivo, que es que a los adolescentes les guste hacerlo. La danza ha aliviado la presión de los estudiantes recientes.

La danza.

Vasco y Pineda (2015) "La danza es innata y el ser humano es un fenómeno universal, existe en todas las culturas, todas las razas y todas las civilizaciones.

Generalmente se considera como la expresión artística más antigua, a través de la cual puede transmitir los sentimientos de alegría, tristeza, amor, vida y muerte. A lo largo de la historia, los seres humanos no solo han utilizado la danza como un medio para liberar la tensión emocional, sino que también han utilizado la danza en otros aspectos, como los rituales, la magia, la religión y el arte. Evidentemente, la danza es un fenómeno que se ha difundido ampliamente en todas las culturas y se han ido adoptando diversas expresiones y formas artísticas a lo largo de la historia. En este sentido, ante los diversos métodos conceptuales y las interrelaciones que se establecen sobre este término desde distintos campos, definirlo siempre ha sido y es una tarea compleja. Antropología, pedagogía, sociología, arte y música”.

La danza y sus beneficios.

Latin American Evangelical Institute (2012) “En la antigüedad, los griegos usaban la danza como el principal medio de entrenamiento de los soldados. Existen más de 18 formas de noticias de danza de artes marciales, en las que se repiten acciones de combate individuales y acciones colectivas desplegadas por tropas para entrenar a los reclutas. La danza utiliza el movimiento como medio de expresión, y la belleza del movimiento, ya sea individual o grupal, se obtiene a través de una especie de armonía, y esta armonía solo puede sustentarse en la simetría y el equilibrio”.

Cuellar, citado por Abad Mozo (2015), “afirma que la danza es un lenguaje corporal y al mismo tiempo una actividad psicomotora, que puede combinar armoniosamente la producción de audición musical y el movimiento espacial de órdenes. La danza también es un arte y una forma de expresión a través del movimiento. Su trabajo y desarrollo pueden coordinar la agilidad física, la actividad intelectual y la expresión emocional”.

Hernández (2007) “el trabajo de la danza en las aulas escolares puede promover el desarrollo de los siguientes valores de los jóvenes (convivencia, virtud,

paz, comprensión, limpieza, comunicación, salud, responsabilidad, superación, estética". Por otro lado, Gayle (2008) cree que los beneficios de la danza son los siguientes: 1. El cuerpo se siente bien y la mente también se siente bien. 2. La danza establece una conexión creativa con las personas para expresar su individualidad en un ambiente seguro. 3. Bailar puede mejorar su salud física y mental. Desde perder peso hasta aumentar la flexibilidad, fortalecer los huesos, fortalecer los músculos, la danza es todo el ejercicio del cuerpo.

Por lo tanto, creemos que los efectos físicos y psicológicos de la danza permiten que los estudiantes la utilicen para diversas funciones.

La danza como medio de formación y educación.

Crisorio (2011) "La educación corporal aprendió que el cuerpo se establece a través de la práctica simbólica, desde su tolerancia simbólica hasta la formación del lenguaje, primero produce el cuerpo, que no es ni natural ni esencial. Es histórico, de esta historia debemos preguntarnos si queremos analizar el cuerpo de la danza. Por otro lado, el uso de la danza como contenido de la educación física obliga a considerar no solo la categoría del cuerpo, sino también la categoría de la tecnología, y la tecnología siempre se explica en función de las dimensiones de su herramienta, lo que debe posibilitar y obstaculizar esta visión Ver la tecnología como un medio de acción orientado a la creación de nuevas formas".

La danza generalmente no es parte de la educación de los estudiantes, por varias razones, ya sea por el presupuesto o la falta de maestros calificados, y porque no existe un estándar uniforme para los beneficios de la danza en la educación. Aunque los educadores de danza conocen y reconocen la importancia de este tema, la mayoría de la gente no. Como herramienta educativa, la danza tiene la capacidad y flexibilidad de ayudar a los estudiantes en el proceso de aprendizaje en una tendencia de desarrollo gradual. La danza del curso permite a

los estudiantes explorar cuestiones de justicia social, también puede estimular el pensamiento crítico y fomentar la autonomía del estudiante.

Revuelta (2015) “citando la visión de Grasso, la educación debe apoyar la aceptación y expresión de las cosas por parte de las personas para asegurar que la presencia de las personas en el mundo sea lo más natural posible. En otras palabras, “el aprendizaje inspirador de la identidad de una persona no puede separarse de la unidad o debilidad de la persona, por lo que la danza se convierte en un buen recurso para desarrollar habilidades en la cognición física, social y emocional”.

Leese y Packer (1982) “argumentaron que la danza como una forma de educación debe ser una experiencia global, que puede definirse como la actividad espontánea de los músculos bajo la influencia de ciertas emociones”.

Según Fuentes (2006) “la danza escolar es promovida por diversos bailarines modernos, lo que despierta el enfado e insatisfacción de los profesores de educación física. El motivo es que los profesores de la asignatura quieren saber si la finalización de esta danza está en consonancia con los objetivos y contenidos educativos. Enseñando”.

Según Martínez (2012) “la danza es una herramienta de atención eficaz, una herramienta para el trabajo físico, mental, intelectual y emocional; una herramienta para desarrollar la comunicación, el estrés y la creatividad; una herramienta para desarrollar el trabajo colaborativo; y Herramientas multiculturales, por lo tanto, la danza se materializa en cada herramienta que se utiliza para difundir el conocimiento”.

Dimensiones de la práctica de danza:

En la investigación, lo consideramos básicamente desde las tres dimensiones de la práctica de la danza (clásica, moderna y contemporánea), las presentamos a continuación:

- **Danza clásica.**

Cada (bailarín) tiene su propio cuerpo como instrumento musical, incluso cada uno tiene su propio cuerpo, que se basa en las proporciones anatómicas (consistencia muscular, temperamento y gusto de cada persona). La danza clásica es un arte que promueve un desarrollo elegante, suave y enérgico, evitando cualquier expresión de tirantez, cansancio o tensión. Este es un estilo que se centra en la singularidad de los deportes y una determinada técnica.

- **Danza moderna.**

Aunque el dominio del cuerpo debe ser el mismo, esta danza se ha expandido y cambiado la técnica de la danza. El valor de este estilo es explorar a través del deporte, requiere una preparación técnica suficiente, más allá de los límites del eje corporal. A través de estas características, el tamaño y los atributos del espacio afectarán la sensación de movimiento. El alumno logró controlar su cuerpo dentro y fuera del espacio, y cuenta con una serie de herramientas para su posterior aprendizaje.

Megías (2009) “señaló que, en la danza moderna las posiciones de brazos y piernas son las mismas que en la danza clásica, aunque el abierto permite variación, las piernas están separadas y paralelas, y los dedos de los pies hacia adelante. Un aspecto básico es la fase de calentamiento al inicio del baile para adaptar gradualmente las articulaciones, incluida la temperatura corporal. Muévase alrededor del eje del cuerpo y luego aumente gradualmente el impulso a las articulaciones y los músculos. De esta forma, será posible potenciar la flexibilidad y coordinación del cuerpo. Además de los aspectos descritos, la importancia de esta

danza es que utiliza una serie de movimientos más largos y continuos para probar el poder mental”.

- **Danza contemporánea.**

A través de esta danza, el cuerpo demuestra ser una poderosa herramienta para promover el sentimiento y la expresión emocional. El cuerpo del bailarín adopta una postura y una postura con fuerte tensión. Esta es una técnica basada en el principio de relajación-contracción del tronco, impulso controlado y caída de luz. En definitiva, la danza (clásica, moderna y contemporánea) siempre ha formado parte de nuestras vidas. Es un ser vivo que sigue el ritmo de los tiempos, pero es inherente a la naturaleza humana, y es aún más vital y necesario durante una pandemia.

El estrés

La palabra estrés se consolidó en un concepto en la década de 1930 cuando un estudiante de medicina austriaco de 20 años llamado Hans Selye de la Universidad de Praga se dio cuenta de todos los pacientes que había observado y sus enfermedades. Existen diferentes enfermedades y síntomas comunes, como fatiga, pérdida de apetito, adelgazamiento, etc. Selye llama a este fenómeno "síndrome de enfermedad".

Selye (1956) “El concepto de estrés lo dio Selye en su libro El estrés de la vida, por lo que se le considera el padre del estrés, que es la respuesta fisiológica indeterminada del organismo. Conceptualizar y reaccionar ante diversos factores. Este fenómeno llamado estrés es causado por las necesidades diarias de la vida, cuando surgen dificultades, el sujeto se sentirá nervioso, ansioso e incluso tendrá latidos cardíacos más rápidos. El estrés es una respuesta interna a las dificultades externas, esta respuesta es normal en cualquier etapa de la vida, el cuerpo responde y es un instinto para prevenir situaciones que las personas consideran difíciles, estrés emocional y físico y peligro. El deseo de escapar desde el principio da una respuesta fisiológica en la que no solo participa el cerebro sino también casi

todos los órganos y funciones del cuerpo humano. Este tipo de estímulo se llama estrés, que es un ataque emocional o físico directo en respuesta a un peligro, como provocar diferentes reacciones”.

Martínez y Díaz (2007, p.12), sostienen que, los fenómenos de estrés se explican en función de una amplia gama de experiencias, que incluyen neuroticismo, tensión, fatiga, abrumador, inquietud y otros sentimientos similares, como escolarización excesiva, trabajo u otro tipo de estrés. Una vez más, esto se debe al miedo, el dolor, pánico, ganas de lograr, el vacío de la existencia, afán por lograr metas y objetivos, incapacidad para afrontar situaciones de incompetencia en las relaciones sociales o mutuas.

- **El estrés de los estudiantes**

Aunque hay 24 horas, 1440 minutos y 86, 400 segundos en un día, no alcanzan para completar el trabajo que los estudiantes tienen que realizar, por eso sienten mucha presión, como estudiantes, esto es una constante en la clase trivialidades. El estrés hace que los estudiantes se sientan indefensos y perdidos durante el año escolar. Por eso, el estrés del campo académico se llama estrés escolar, estrés de exámenes y otros sinónimos, pero esto no significa que el estrés deba consumir a los estudiantes, y muchos tienen una actitud negativa hacia los deportes tradicionales. Para las personas, la danza puede ser una opción viable, porque todos escuchan música, y luego la danza como complemento es una excelente opción para los deportes tradicionales.

- **Dimensiones del estrés:**

Teniendo en cuenta la presión de los estudiantes, según Cárdenas (2012), cree que la presión "es como una actuación personal única, porque todos tendrán una reacción diferente a la vida del estudiante. Por eso, el autor cree que el tipo El reconocimiento puede probar la presión de aprendizaje de los estudiantes y sus características en tres aspectos: comportamiento, cognición y fisiología.

- **Estrés Conductual.**

Cuando se sienten estresados, la incertidumbre que sienten los estudiantes puede reflejarse en ira, depresión e incluso baja autoestima temporal, síntomas que se consideran normales.

- **Estrés Cognitivo.**

Las preocupaciones de los estudiantes sobre la vida universitaria, sus preocupaciones y ansiedad sobre los cursos se consideran complicadas.

- **Estrés Fisiológico.**

Esta característica aparece en el cuerpo y muestra un mayor nivel de estrés, generalmente se manifiesta como dolor de cabeza, dolor abdominal y malestar general. De igual manera, el insomnio, la falta de concentración, los síntomas de cada persona son diferentes.

- **Desventajas de los estudiantes con estrés**

Los factores estresantes tienen influencia y características sobre el rendimiento académico, que se caracterizan por la atención, la memoria, la respuesta inmediata, la valoración actual y la predicción futura; la lógica y organización de los efectos negativos provocados por el estrés. La inteligencia emocional de los alumnos estresados se ve afectada, lo que repercutirá negativamente en su capacidad para percibir las emociones de otros alumnos, expresar sus sentimientos y comunicarse. El estrés no les permite controlar sus emociones, compartir con los demás, adaptarse a los cambios y mantener el buen humor. Algunos comportamientos de estudiantes con estrés crónico son: 1. Influir en la toma de decisiones y generar impulso. 2. Aumentar la posibilidad de cometer errores. 3. Provocar que se ignoren algunas señales. 3. Baja productividad.

Efectos del estrés académico sobre el rendimiento

Características	Efectos
Concentración	Dificultad para permanecer concentrado, en una actividad. Rápida pérdida de atención.
Memoria	Retención memorística escasa o reducida, tanto a largo como a corto plazo.
Reacciones Inmediata	Los problemas que exijan una espontánea e inmediata se resuelven de manera impredecible.
Errores	Si algún problema requiere rapidez mental, la tendencia será a cometer errores.
evaluación actual y proyección futura	La mente es incapaz de evaluar de manera acertada una situación presente y tampoco puede proyectarla al futuro.
lógica y organización del pensamiento	La forma de pensar no lleva una manera lógica, sino desordenada.

Fuente: Melgosa, J, citado por Solares Gutiérrez, K. (2003)

Las actividades físicas y el estrés.

La mayoría de los estudios muestran y demuestran que el ejercicio y el ejercicio físico pueden mejorar la calidad de vida y la salud. Además, promover el ejercicio y el baile (danza) también es de gran beneficio para las personas. A través de la intervención de profesionales en el campo del deporte en instituciones educativas e instituciones de salud para promover la salud física, promover el estrés y el estrés, para mejorar la calidad de vida. La Organización Mundial de la Salud considera que diversas actividades físicas realizadas por músculos o simplemente movimientos circulares, porque producen consumo de energía, e incluso cepillarse los dientes, por lo que el concepto relacionado con este tipo de actividad física produce beneficios en biología y psicología y cognición.

Dónde:

- G.E. : Experimental
- G.C. : Grupo control
- YO₁ : Evaluación de progreso al grupo experimental.
- Y'O₁ : Evaluación de progreso al grupo control.
- Y : Desarrollo de competencias.
- X, : Estudio de casos.

La población se entiende como el conjunto de estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos en el año 2017.

Organización del grupo

El establecimiento del grupo de control y el grupo experimental se basa en la parte seleccionada de la selección aleatoria, lo que reduce las variables de intervención y minimiza la interferencia a los estudiantes.

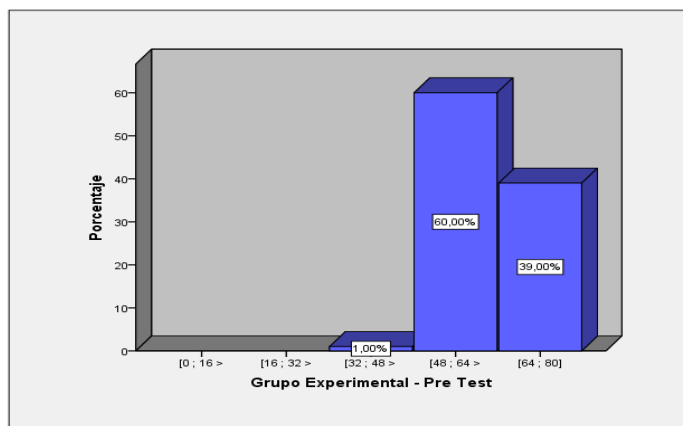
GRUPOS	SECCIONES	
	SECCIÓN A	SECCIÓN B
G.E.: Grupo experimental	87	0
G.C.: Grupo control	0	87
TOTAL	87	87

Resultados.

Tabla de frecuencias

GRUPO EXPERIMENTAL- PRE TEST					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	[32 ; 48 >	1	1,0	1,0	1,0
	[48 ; 64 >	60	60,0	60,0	61,0
	[64 ; 80]	39	39,0	39,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Grupo experimental - Pre test



Grupo experimental – Pre test

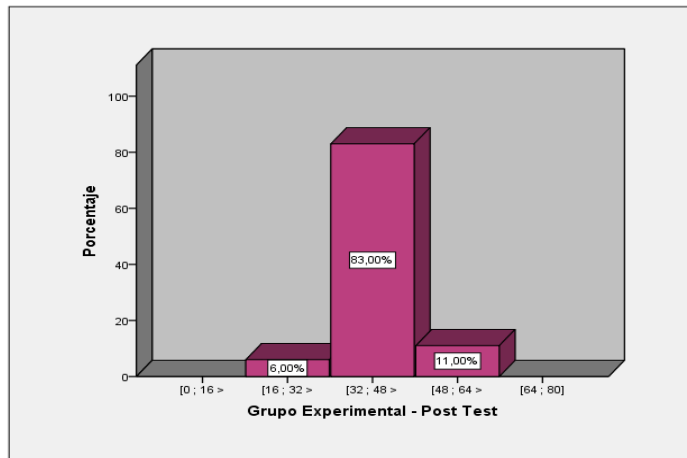
Análisis:

Las tablas y gráficos muestran que en el pre-test, el nivel de estrés del grupo experimental tiene un mayor desarrollo, una medida de tendencia central del coeficiente simétrico positivo (media = 61, 81, mediana = 63 y moda = 63). (Asimetría = -1.870) muestra que hay más estudiantes en el lado izquierdo del promedio (media = 61.81) que, en el lado derecho de la evaluación, lo que muestra

que hay más estudiantes con mayor desarrollo de habilidades en comparación con el valor de las habilidades 61, 81 menos. La curtosis (curtosis) (curtosis = 8.847) indica que hay una acumulación relativamente alta cerca de la mediana (mediana = 63).

GRUPO EXPERIMENTAL- POST TEST					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	[16; 32 >	6	6,0	6,0	6,0
	[32; 48 >	83	83,0	83,0	89,0
	[48; 64 >	11	11,0	11,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Grupo experimental - Post Test



Grupo experimental – Post Test

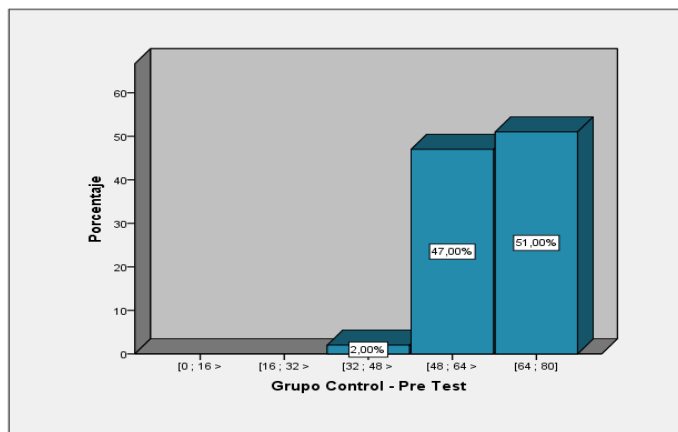
Análisis:

Se puede observar que la medida de tendencia central del grupo experimental (media = 40, 24, mediana = 40 y moda = 38) mostró un desarrollo moderado en la última prueba, y el coeficiente simétrico positivo (Asimétrico = -0,

211) se mostró en la media. El número de estudiantes evaluados en el lado izquierdo (media = 40.24) es mayor que el número de estudiantes en el lado derecho, lo que indica que el número de estudiantes con mayor capacidad de desarrollo de habilidades es menor que el número de estudiantes en 40.24. La curtosis (curtosis = -0, 242) es arborvitae, lo que indica que la acumulación cerca de la mediana es relativamente baja (mediana = 40).

GRUPO CONTROL- PRE TEST					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	[32 ; 48 >	2	2,0	2,0	2,0
	[48 ; 64 >	47	47,0	47,0	49,0
	[64 ; 80]	51	51,0	51,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Grupo control - Pre Test



Grupo control – Pre Test

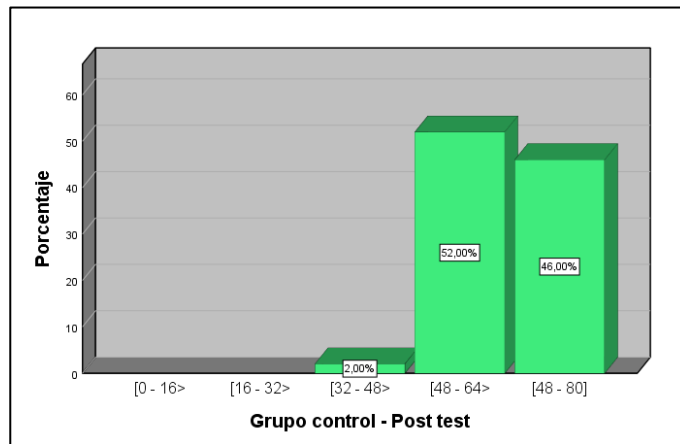
Análisis:

Al analizar tablas y gráficos, encontraron que en el pre-test, el nivel de estrés del grupo de control tuvo un mayor desarrollo, una medida de tendencia

central del coeficiente de simetría (media = 62, 64, mediana = 64 y moda = 64). Un número negativo (asimetría = -1, 854) indica que hay más estudiantes en el lado izquierdo del promedio (media = 62, 64) que en el lado derecho. La curtosis leve (curtosis = 5.034) indica una acumulación alta cerca de la mediana (mediana = 64).

GRUPO CONTROL- POST TEST					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	[32 ; 48 >	2	2, 0	2, 0	2, 0
	[48 ; 64 >	52	52, 0	52, 0	54, 0
	[64 ; 80]	46	46, 0	46, 0	100, 0
	Total	100	100, 0	100, 0	

Grupo control - Post Test



Grupo control - Post Test

Análisis:

Como puede verse en la tabla, la medida de tendencia central (promedio = 61.88, mediana = 63, moda = 64) muestra que el grupo de control tiene un mayor nivel de estrés en la prueba posterior, es decir, el coeficiente de simetría negativo (asimetría = - 0.577) indica que hay más estudiantes en el lado izquierdo del

promedio (promedio = 61.88) que en el derecho. Curtosis (curtosis = 0.038) Leptocurtica muestra acumulación positiva alrededor de la mediana (mediana = 63).

Comparación entre el grupo control y experimental después de la investigación

(H₀): No existen diferencias significativas entre el grupo control y el grupo experimental, respecto del desarrollo de las competencias, luego de la experimentación.

(H_a): Existen diferencias significativas entre el grupo control y el grupo experimental, respecto del desarrollo de las competencias, luego de la experimentación.

Para esta prueba se usará el coeficiente U de Mann-Whitney, esta prueba no paramétrica se toma debido a que la variable es de intervalo.

Rangos

		N	Rango promedio	Suma de rangos
Post test	Grupo experimental	100	51, 24	5123, 50
	Grupo control	100	149, 77	14976, 50

Rangos de grupos en el pre test

ESTADÍSTICOS DE PRUEBA NIVEL DE ESTRÉS EN EL POSTEST	
U de Mann-Whitney	73, 500
W de Wilcoxon	5123, 500
Z	-12, 043
Sig. asintótica (bilateral)	0, 000
a. Variable de agrupación: Experimental y Control	

Prueba de homogeneidad entre variables

Se obtuvieron los siguientes resultados:

VALOR P < VALOR X

0.000 < 0.05

H₀ = Se rechaza

Dado que el coeficiente de significancia bilateral (P = 0.0) fue menor que 0.05, se rechazó la hipótesis nula, lo que indica que existe una diferencia significativa en el desarrollo del tamaño entre los grupos de control y experimentales. Experimente (después de la prueba).

Conclusiones.

SE HA DEMOSTRADO QUE:

- Dado que el coeficiente de significancia bilateral (P = 0.107) en la prueba de Wilcoxon es mayor que 0.05, las muestras previas a la prueba del grupo experimental y el grupo de control son similares o no tienen diferencias significativas.

- En términos de desarrollo de tamaño, existe una diferencia significativa entre el grupo de control y el grupo experimental. Luego de realizado el experimento a través de la prueba posterior, se utilizan ejercicios de danza. El coeficiente de significancia bilateral es (P = 0.0), que es menor a 0.05.

- La dimensión laboral de la variable presión de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Medicina Mayor de San Marcos en 2017, la práctica de la danza ha tenido un desarrollo directo significativo, mostrando un coeficiente importante de 0.0.

- En 2017, los estudiantes de la Facultad de Medicina de la Alcaldía de San Marcos tuvieron un desarrollo directo significativo en la práctica de la danza en cuanto al impacto social de las variables de presión de aprendizaje, mostrando un coeficiente importante de 0.0.

- En 2017, los estudiantes del Colegio Médico Mayor de San Marcos tuvieron un desarrollo directo significativo en la práctica de la danza en el nivel académico de las variables de presión de aprendizaje, mostrando un coeficiente importante de 0.0.
- En la dimensión familiar de la variable presión de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Medicina Mayor de San Marcos en 2017, la práctica de la danza tiene un desarrollo directo significativo, mostrando un coeficiente importante de 0.0.

Referencias bibliográficas.

Alcaraz R., R., & González S., D. (2010). *Desarrollo de competencias*. Laertes.

Cano G., E. (2008). *La evaluación por competencias en la educación superior*. Barcelona.

Castro G., C. (2014). *El Método de casos como estrategia de enseñanza-aprendizaje. Cada acto educativo es un acto ético*.

Chin G., V. L. (2013). *Aplicación de la estrategia didáctica "estudio de casos" para un curso de biología general en la Universidad Nacional de Colombia sede Medellín*.

De León R., G. A. (2013). *La metodología activa en el proceso de enseñanza-aprendizaje y la fundamentación de los estilos de aprendizaje en las alumnas de magisterio de educación infantil*.

Donoso V., T. (2014). *El estudio de casos en Educación Superior*. Barcelona.

Espinoza, J. (2004). *Los principales contenidos el Título Preliminar del Código Civil peruano de 1984*. Grigley.

Granados M., M. A. (2013). *Desarrollo competencias laborales y formación de los profesionales en turismo, en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos - año 2013*.

Marín M., Fabiana (2011). Efectos de la danza terapéutica en el control del estrés laboral en adultos entre 25 y 50 años.

Martínez C., P., & Echevarría S., B. (2009). *Formación basada en competencia*.

Megías C., Isabel (2009). Optimización en procesos cognitivos y su repercusión en el aprendizaje de la danza. Tesis doctoral. Universitat de València Facultat de Psicologia Departament de Psicologia Evolutiva i de la Educació.

Rodríguez B., L. (2011). *Pautas para la elaboración de Estudio de Caso*. BID.

Rondón V., J., & Antúnez S., A. (2016). *Formación de habilidades en estudiantes de Derecho, una tarea de formar no de informar*.

Ruiz E., M. (2007). *Instrumentos de evaluación de competencias*.

Taveras P., D. J. (2009). *Perfil profesional en las carreras de Derecho y su relación con la demanda social: casos de instituciones de educación superior privadas*.

Universidad de Navarra. (15 de Junio de 2018). *Teoría general del delito*. <https://www.unav.es/penal/delictum/c131.html>

Vasco, P., Guillermo y Pineda, D. Rey (2015). La danza herramienta pedagógica de formación. Tesis de grado. Universidad Libre. Facultad de Ciencias de la Educación.

Wong F., E. M. (2014). *Sistema de evaluación y el desarrollo de competencias genéricas en estudiantes universitarios*.