



UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA

SEDE - QUITO

CARRERA DE PSICOLOGÍA

**INFLUENCIA DE LA IMPULSIVIDAD Y
ANSIEDAD ACADÉMICA CON
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE UNA
UNIVERSIDAD PRIVADA EN LA CIUDAD DE
QUITO EN EL AÑO 2023.**

Trabajo de titulación previo a la obtención del
Título de Licenciada en Psicología

AUTOR: MARÍA DANIELA FLORES JARAMILLO

TUTOR: MARÍA BELEN HUILCA ORTIZ

Quito-Ecuador

2023

CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Maria Daniela Flores Jaramillo con documento de identificación N° 1752857258 manifiesto que:

Soy el autor y responsable del presente trabajo; y, autorizo a que sin fines de lucro la Universidad Politécnica Salesiana pueda usar, difundir, reproducir o publicar de manera total o parcial el presente trabajo de titulación.

Quito, 1 de agosto del año 2023

Atentamente,



María Daniela Flores Jaramillo
1752857258

CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA

Yo, María Daniela Flores Jaramillo con documento de identificación No. 1752857258, expreso mi voluntad y por medio del presente documento cedo a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy autora de la Sistematización de prácticas de investigación: “INFLUENCIA DE LA IMPULSIVIDAD Y ANSIEDAD ACADÉMICA CON ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA EN LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2023”, el cual ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciada en Psicología, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En concordancia con lo manifestado, suscribo este documento en el momento que hago la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 1 de agosto del año 2023

Atentamente,



María Daniela Flores Jaramillo
1752857258

CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, María Belén Huilca Ortiz con documento de identificación N° 0604082008, docente de la Universidad Politécnica Salesiana declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación: “INFLUENCIA DE LA IMPULSIVIDAD Y ANSIEDAD ACADÉMICA CON ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA EN LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2023” realizado por María Daniela Flores Jaramillo con documento de identificación N° 1752857258, obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción: Sistematización de prácticas de investigación que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 1 de agosto del año 2023

Atentamente,



María Belén Huilca Ortiz
0604082008

Resumen.

La investigación tiene como objetivo determinar la impulsividad y la ansiedad académica en estudiantes universitarios de una universidad privada en la ciudad de Quito. Para esto, se utilizó un estudio cuantitativo, correlacional, no experimental de corte transversal. En esta investigación se tomó en cuenta la participación de 101 estudiantes universitarios. Para esto, se aplicó dos cuestionarios, el Inventario de Impulsividad de Barratt (BIS-11) y el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo. Los resultados de esta investigación revelaron que la ansiedad como estado fue predominante, alcanzando un 58.4% del total de participantes. Dentro de este nivel alto de ansiedad estado, las mujeres representaron un 35.6%, mientras que los hombres fueron un 22.8%. En términos de la edad, se observó que los estudiantes de 18 a 20 años fueron los más afectados por la ansiedad estado alto, con un 34.7%. En cuanto a la ansiedad como rasgo, se encontró una prevalencia del 52.5% en nivel medio, donde tanto hombres como mujeres mostraron cantidades similares. Sin embargo, en el nivel alto de ansiedad rasgo, las mujeres tuvieron una mayor presencia, con un 25.7%, en comparación con los hombres, que representaron un 9.9%. En general, el 35.6% de los participantes presentaron niveles altos de ansiedad tanto en estado como en rasgo, y dentro de este grupo, las mujeres fueron más prevalentes. Por otro lado, al explorar la impulsividad cognitiva, motora y no planeada en el nivel no significativo del rasgo, se observó que el 40.6% de los casos correspondían a hombres, mientras que el 35.6% pertenecían a mujeres, lo que en conjunto representó el 76.2% de la muestra identificada con impulsividad no significativa. En contraste, el 23.8% de los casos presentaron impulsividad significativa, con un 12.9% de mujeres y un 10.9% de hombres.

Palabras Clave: Impulsividad, Ansiedad académica, estudiantes universitarios.

Abstract

The research aims to determine academic impulsivity and anxiety in university students from a private university in Quito city. For this purpose, a quantitative, correlational, non-experimental cross-sectional study was used. The study involved 101 university students from all semesters and majors. Two questionnaires were applied, the Barratt Impulsiveness Scale (BIS-11), and the State-Trait Anxiety Inventory. The results of this research revealed that anxiety as a state was predominant, reaching 58.4% of the total participants. Within this high level of state anxiety, women represented 35.6%, while men were 22.8%. In terms of age, students aged 18 to 20 were the most affected by high state anxiety, with 34.7%. Regarding anxiety as a trait, a prevalence of 52.5% in the moderate level was found, where both men and women showed similar percentages. However, in the high trait anxiety level, women had a greater presence at 25.7%, compared to men at 9.9%. Overall, 35.6% of the participants presented high levels of anxiety both as a state and trait, with women being more prevalent within this group. On the other hand, when exploring cognitive, motor, and non-planned impulsivity in the non-significant trait level, it was observed that 40.6% of the cases corresponded to men, while 35.6% belonged to women, together representing 76.2% of the sample identified with non-significant impulsivity. In contrast, 23.8% of the cases showed significant impulsivity, with 12.9% being women and 10.9% men.

Keywords: Impulsivity, Academic Anxiety, University Students.

INDICE DE CONTENIDO

PRIMERA PARTE.....	1
DATOS INFORMATIVOS DEL PROYECTO.....	1
OBJETIVOS:.....	1
Objetivo general:.....	1
Objetivos específicos:	1
EJE DE LA INVESTIGACIÓN	2
ANSIEDAD	3
Características de la Ansiedad:	4
Teoría de la ansiedad de Aaron T. Beck	5
Teoría de ansiedad de Peter Lang	6
Respuestas cognitivas de la ansiedad.	7
Respuestas conductuales de la ansiedad.....	7
Ansiedad Estado-Rasgo.....	8
Ansiedad Académica	8
Ansiedad en procesos de Evaluación académica.	10
IMPULSIVIDAD.....	12
Rasgos de la impulsividad:.....	12
Procesamiento de información.	12
Autocontrol.....	13
Toma de decisiones	13
Teorías de impulsividad de Eysneck.....	14
Teoría de impulsividad de Barratt.	15
Impulsividad en el Ámbito académico.....	16
Impulsividad mediante la edad y el sexo	17
Diferenciación entre ansiedad e impulsividad	18
OBJETO DE LA INVESTIGACIÓN	22
METODOLOGIA.....	23
Perspectiva metodológica.	23
Diseño de investigación.	24
Consentimiento informado y ética	24
Beneficios de la investigación.	25
Riesgos de la investigación.....	25
Instrumentos y técnicas de producción de datos.....	25

PREGUNTAS CLAVE	28
Pregunta de inicio	28
Preguntas interpretativas.....	28
ORGANIZACIÓN Y PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN	28
ANÁLISIS DE VARIABLES	28
Variable Edad	28
Variable Sexo.....	29
Variable Sexo-Edad	30
Interpretación de impulsividad	30
Variables: Sexo-Edad – Impulsividad Motora.....	31
Variables: Sexo-Edad – Impulsividad no Planeada.....	32
Interpretación de ansiedad estado-rasgo	33
Variables: Sexo-Edad – Ansiedad como rasgo peculiar.....	34
Análisis de Fiabilidad.....	35
ESCALA DE IMPULSIVIDAD DE BARRATT.....	36
IIDARE.....	37
INVENTARIO DE AUTOVALORACIÓN	37
Variables: Sexo-Ansiedad como estado – Ansiedad como rasgo peculiar.....	37
Variables: Sexo-Impulsividad Cognitiva –Impulsividad Motora – Impulsividad no planeada.....	39
Correlaciones	41
SEGUNDA PARTE	42
JUSTIFICACIÓN.....	42
CARACTERIZACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS	46
Población:	46
Tipo de muestra:	47
Criterios de la muestra.	47
INTERPRETACIÓN.....	47
PRINCIPALES LOGROS DEL APRENDIZAJE	54
CONCLUSIONES.....	55
RECOMENDACIONES	58
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	60
ANEXOS.....	69
Anexo 1. Consentimiento informado.....	69
Anexo 2. Cuestionario sociodemográfico.....	70

Anexo 3. Escala de Impulsividad de Barratt (Barratt Impulsiveness Scale, BIS-11).	71
Anexo 4. Inventario de ansiedad estado-rasgo	74

INDICE DE TABLAS

Variable Edad.....	28
Variable Sexo.....	29
Tabla cruzada Sexo*Edad.....	30
Interpretación de impulsividad.....	30
Tabla cruzada Edad*Impulsividad Cognitiva*Sexo.....	30
Variables: Sexo-Edad – Impulsividad Motora.....	31
Tabla cruzada Edad*Impulsividad Motora*Sexo.....	31
Variables: Sexo-Edad – Impulsividad no Planeada.....	32
Tabla cruzada Edad*Impulsividad no Planeada*Sexo.....	32
Interpretación de ansiedad estado-rasgo.....	33
Variables: Sexo-Edad – Ansiedad como estado.....	33
Variables: Sexo-Edad – Ansiedad como rasgo peculiar.....	34
Tabla cruzada Edad*Ansiedad como rasgo o peculiar*Sexo.....	34
Análisis de Fiabilidad.....	35
ESCALA DE IMPULSIVIDAD DE BARRATT.....	36
Resumen de procesamiento de casos.....	36
Estadísticas de fiabilidad.....	36
IIDARE.....	37
Estadísticas de fiabilidad.....	37
Variables: Sexo-Ansiedad como estado – Ansiedad como rasgo peculiar.....	37
Tabla cruzada Ansiedad como estado*Ansiedad como rasgo o peculiar*Sexo	38
Variables: Sexo-Impulsividad Cognitiva –Impulsividad Motora – Impulsividad no planeada.	39
Tabla cruzada Impulsividad Cognitiva*Impulsividad Motora*Impulsividad no Planeada*Sexo.....	39
Correlaciones.....	41

PRIMERA PARTE.

I. DATOS INFORMATIVOS DEL PROYECTO

Influencia de la impulsividad y ansiedad académica en estudiantes universitarios de una Universidad privada en la ciudad de Quito en el año 2023.

- Sistematización del tema:
 - Influencia de la impulsividad y ansiedad académica
 - Estudiantes Universitarios
 - Universidad privada en la ciudad de Quito
 - Año 2023
- Categoría psicosocial: Salud mental

II. OBJETIVOS:

Objetivo general:

Analizar la influencia de la impulsividad y ansiedad académica en los estudiantes de una universidad privada en la ciudad de Quito en el año 2023.

Objetivos específicos:

- Determinar los niveles de impulsividad en estudiantes universitarios.
- Identificar los niveles de ansiedad de los estudiantes de una universidad privada durante el proceso de evaluación.
- Correlacionar de manera estadística los resultados obtenidos de la impulsividad y ansiedad, con la edad y género de los estudiantes universitarios.

III.EJE DE LA INVESTIGACIÓN

La ansiedad y la impulsividad son dos constructos psicológicos que llegan a tener una gran influencia dentro del rendimiento académico de los y las estudiantes. La ansiedad dentro del Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales (DSM-5) de la Asociación Americana de Psiquiatría (APA) lo describe como “una emoción caracterizada por sentimientos de tensión, preocupación, aprensión, o miedo a estímulos vagos o internos que son percibidos como amenazantes” (APA, 2014, p.189). La ansiedad puede ser una respuesta transitoria y adaptativa en muchas situaciones, pero cuando se vuelve excesiva o persistente puede interferir en la vida cotidiana y convertirse en un trastorno. La impulsividad por otro lado es la tendencia a actuar sin pensar en las consecuencias que pueden llegar a tener las acciones a largo o corto plazo (Andreo, Hilario y Rivadeneira, 2020). La ansiedad puede hacer que una persona se sienta atrapada en pensamientos y sentimientos negativos que pueden aumentar la impulsividad en un intento de escapar de esos sentimientos desagradables recurriendo a comportamientos impulsivos como el consumo de drogas o alcohol, relaciones sexuales de riesgo, búsqueda de la recompensa inmediata e incluso baja tolerancia a la frustración (Guillín y Flores, 2022).

Dentro del ámbito académico, es bien entendido que los estudiantes al comenzar su trayectoria académica están sujetos a procesos de actividades y evaluaciones que pueden generar sentimientos de inquietud y tensión académica. Estas situaciones conllevan reacciones emocionales de nerviosismo y presión, las cuales también se desencadenan a través de síntomas físicos (Berrio y Mazo, 2011, p. 66). Los efectos de la ansiedad ante el rendimiento académico se manifiestan ante factores que pueden ser amenazantes para los estudiantes (p. ej. exámenes de ingreso a la universidad, exámenes de supletorios, examen de titulación); la urgencia temporal especialmente cuando

existen plazos para completar actividades es limitado, o cuando la tarea, examen o actividad demanda gran concentración (Bauselas, 2005).

En el caso de la impulsividad y su efecto en el rendimiento académico se pueden ver envueltos no solo comportamientos de riesgo, sino también trastornos que afectan al aprendizaje, como el Trastorno por Déficit de atención con Hiperactividad (TDAH), que contribuyen al fracaso académico (Morales, 2007, pp. 11-12). Esto puede deberse a que los estudiantes impulsivos tienden a tener pensamientos poco reflexivos, por lo que pueden precipitar sus respuestas y acciones influyendo en el desempeño de sus actividades, por lo que los procesos cognitivos pueden resultar ineficaces (Carbajal, 2021, p. 118).

ANSIEDAD

La ansiedad es una sensación de síntomas psíquicos en la cual las personas sienten un peligro futuro que es indefinible por lo que la psiquis intenta buscar soluciones para poder afrontarla. Esta emoción llega a ser displacentera ya que actúa también de manera fisiológica, motora, una sensación de ahogo presentándose también como manera de crisis por lo que a diferencia del miedo se lo define como una reacción anticipatoria que, si llega a ser frecuente e intensa sin relacionarse con estímulos no amenazantes llega a ser una patología que afecta a nivel emocional y funcional. (Sierra, Ortega y Zubeidat, 2003)

Dentro de las teorías cognitivo-conductual, se calificaba a la ansiedad generalizada como un síntoma de alteraciones neurológicas que aparecían como una preocupación del individuo en situaciones habituales. (Garay et al, 2019)

Para Clark y Beck (2012) se define a la ansiedad como una acción defensiva hacia alguna amenaza, también al miedo como un proceso que define a la ansiedad, el

individuo se siente incontrolable por la incertidumbre provocada por no observarlos de maneras directa ni con una realidad objetiva.

Características de la Ansiedad:

Una persona puede experimentar ansiedad en cualquier momento de su vida ante situaciones que pueden parecer desafiantes o que puedan generar inseguridad. Esto se vuelve problemático cuando lo que se denomina ansiedad normal, llega a ser desadaptativa, apareciendo de manera recurrente e intensa por amenazas irreales o desatinadas. (Gómez, 2012)

Esto se puede manifestarse por medio de:

- Miedo y temor irracional e intenso hacia respuestas que no tienen un peligro real
- Malestar fisiológico que es acompañado por sudores, temblores, sensación de ahogo, presión en el pecho, problemas intestinales, mareos y desvanecimientos, desrealización, etc.
- Obsesiones o compulsiones intrusivas e inapropiadas.
- Emociones displacenteras. (Navas y Vargas, 2012, p. 500)

La ansiedad constituye a una respuesta ante diversas situaciones que pueden resultar estresantes o abrumadoras. Las respuestas ansiógenas se caracterizan por la activación del sistema nervioso autónomo que es aquel que controla los músculos de los órganos internos y las glándulas y del sistema nervioso somático, por lo que son responsables de las manifestaciones displacenteras de la ansiedad al percibir una amenaza o incomodidad por parte del sujeto debido a alteraciones dentro del contexto donde se encuentre en el individuo (Sierra, Ortega y Zubeidat, 2003).

Las respuestas de la ansiedad también pueden ser adaptativas, es decir, que pueden producirse en cualquier momento de vida de las personas, siendo una respuesta

de defensa ante amenazas que puede producir la vida cotidiana, por lo general la ansiedad adaptativa puede ser más leve y no tiene una duración tan larga como la patológica y por lo general no demanda de atención psiquiátrica. En cuanto a la ansiedad desadaptativa o patológica, es aquella que necesita de atención psiquiátrica constante, y puede producirse de manera constante en la vida de las personas, por lo que puede empeorar el rendimiento laboral, educativo, afectivo y social, por lo general en la ansiedad desadaptativa no hay un estímulo desencadenante por lo que es desproporcionada e inapropiada (Navas y Vargas, 2012, p. 498)

Teoría de la ansiedad de Aaron T. Beck

La teoría de ansiedad de Beck se sustenta a partir de la tendencia de las personas a tener pensamientos, creencias y actitudes negativas y distorsionadas sobre sí mismas, sobre los demás y del mundo que los rodea. Estas distorsiones cognitivas pueden incluir una autocrítica excesiva, percepción de amenazas inexistentes, pesimismo y tendencia a magnificar los problemas, a esto lo llamo morbilidad psicológica, que es la que contribuye al desarrollo de los trastornos psicológicos como la depresión, ansiedad y los trastornos de personalidad (Clark y Beck, 2012).

Clark y Beck (2012) dentro de los modelos cognitivos de la ansiedad, postulan que los pensamientos y creencias negativas distorsionadas son un factor central en la generación y mantenimiento de la ansiedad. Estos pensamientos suelen darse a partir del miedo siendo la valoración del peligro, exageraciones de posibles amenazas, anticipaciones catastróficas de eventos futuros poco reales, o interpretaciones negativas de las situaciones

La terapia cognitiva propuesta por Clark y Beck en su libro denominado “Terapia Cognitiva para Trastornos de Ansiedad” (2012) se centra en identificar,

desafiar y modificar estos patrones de pensamiento y comportamiento disfuncionales. A través de técnicas como el cuestionamiento crítico, exposición a la situación temida, se busca cambiar los esquemas cognitivos negativos.

Teoría de ansiedad de Peter Lang

La teoría de ansiedad de Lang ha sido respaldada por una amplia gama de investigaciones y ha sido utilizada para informar el desarrollo de intervenciones terapéuticas basadas en la modificación de la atención y la interpretación cognitiva en los trastornos de ansiedad.

Para Lang (1968) la ansiedad de origina como una respuesta de activación emocional a estímulos amenazantes o potencialmente peligrosos en el entorno. Esta respuesta de activación emocional activa un sistema de alerta que dirige la atención hacia el estímulo amenazante y prepara al organismo para responder de manera adaptativa, ya sea enfrentando la amenaza o evitándola.

La teoría de ansiedad de Lang (1968) propone que la atención selectiva juega un papel clave en la experiencia y el procesamiento de la ansiedad. Según esta teoría, las personas con ansiedad tienen una tendencia a dirigir su atención de manera automática y selectiva hacia las señales de amenaza, lo que amplifica la experiencia de ansiedad y dificulta la atención hacia estímulos no amenazantes.

Además de la atención selectiva, la teoría de ansiedad de Lang (1968) también destaca la importancia de la interpretación cognitiva de los estímulos emocionales en la experiencia de la ansiedad. Las personas con ansiedad tienden a interpretar los estímulos ambiguos o neutrales como amenazantes, lo que genera una respuesta de ansiedad.

Respuestas cognitivas de la ansiedad.

Los pensamientos que manifiestan una respuesta ansiógena pueden ser estimulados por componentes tanto internos como externos (Sierra, Ortega y Zubeidat, 2003). Estos componentes pueden desencadenar pensamientos automáticos y cogniciones negativas a partir de los contextos subjetivos en las que se encuentre la persona.

“Alerta constante ante posibles amenazas” ^a
“Sesgos de atención selectiva” ^b
“Pensamientos repetitivos, persistentes e irracionales” a
“Exageración o sobrestimación de la amenaza” ^a
“Subestimación o déficit de habilidades sociales” ^a
“Anticipación de sucesos catastróficos” ^b
“Autoevaluación negativa” ^a

Respuestas cognitivas

Nota. ^aClark, D., y Beck, A. (2012, pp. 208, 256, 681, 725,). ^bMartínez et al. (2012, pp. 202, 211).

Respuestas conductuales de la ansiedad

Las respuestas conductuales de la ansiedad se refieren a los comportamientos observables que pueden ocurrir como respuesta a la ansiedad (Sierra, Ortega y Zubeidat, 2003). Estos síntomas conductuales pueden variar en función de la persona y del nivel de ansiedad o miedo experimentado (Reyes, 2010).

“Comportamientos repetitivos o compulsivos” ^b
“Dificultades para hablar” ^a
“Irritabilidad o agresividad” ^a
“Inquietud o hiperactividad” ^a
“Dificultad para concentrarse” ^a
“Huida o escape” ^a
“Dificultad para conciliar el sueño” ^a
“Hipervigilancia en lugares públicos” ^a
“Postura rígida o parálisis” ^a

Respuestas conductuales

Nota. ^aClark, D., y Beck, A. (2012, pp. 20, 41, 42, 356, 644, 820, 852). ^bDe la Cruz (2018, p. 16)

Ansiedad Estado-Rasgo.

La ansiedad Estado como lo define Spielberger, Gorsuch y Lushene (1997) se refiere a un estado emocional temporal en el organismo de las personas, este se caracteriza por sentimientos conscientes de tensión y preocupación, así como una activación excesiva del sistema nervioso autónomo. Este estado de ansiedad puede cambiar con el tiempo y tener niveles variables de intensidad. Mientras que la ansiedad Rasgo se refiere a una tendencia relativamente constante hacia la ansiedad en la que las personas difieren en su propensión a percibir situaciones como amenazadoras y, como resultado, experimentar un aumento en su ansiedad Estado. En términos psicológicos, la ansiedad Rasgo comparte características con los motivos que Atkinson (1964) describe “motivos” (p. 43) como disposiciones latentes que se activan en respuesta a estímulos situacionales específicos.

Ansiedad Académica

Dentro del ambiente educativo para Jaude (2001) y Pérez (2014), la ansiedad en los estudiantes es uno de los síntomas emocionales más frecuentes llegando a experimentar dificultades para concentrarse reduciendo su eficiencia en el aprendizaje. Además, la ansiedad puede impedir que los estudiantes procesen y retengan información lo que dificulta la capacidad de aprender nuevos conceptos y habilidades.

Uno de los factores dentro del ámbito universitario que puede llegar a tener un impacto en la estabilidad emocional es el ingreso a la Universidad, es decir, a estudiantes más jóvenes o aquellos que apenas están iniciando su etapa escolar, lo que implica alteraciones dentro de las actividades y responsabilidades de los estudiantes estas pueden ser: separación en el núcleo familiar, mayor responsabilidad, toma de decisiones, exigencias en las actividades, etc., en algunas circunstancias esto lleva a los estudiantes a reacciones adaptativas generadoras de ansiedad y con ello una disminución del rendimiento académico. (Otero, 2013)

En el ámbito interpersonal la institución constituye un espacio de relaciones e interacción que trata de desarrollar la identidad social y el sentido de pertenencia en las personas (Jadue, 2001) dentro de las implicaciones negativas que se experimenta por la ansiedad y las relaciones escolares es el fracaso y con ello la baja tolerancia a la frustración induciendo la capacidad competitiva lo que lleva a conductas violentas y la hostilidad entre compañeros/as promoviendo tensión emocional.

Esta amenaza de cambios vitales que pueden llegar a tener un efecto negativo en la salud mental de los estudiantes ya que se deben a demandas de regulación en la preparación académica que según Pérez, Maldonado y Aguilar (2011) influye en su rendimiento y su desempeño escolar debido a las experiencias que hacen adentrar al

estudiante a nuevas exigencias que dan paso a nuevas capacidades que se ajusten al ámbito social.

De igual manera, investigaciones adicionales, como el estudio de Hysenbegasi, Hass y Rowland (2005), se encontró que las mujeres universitarias tenían una mayor prevalencia de ansiedad en comparación con sus compañeros masculinos.

En estudios realizados por McLean, Asnaani, Litz y Hofmann (2011) se examinó la relación entre el género y los trastornos de ansiedad en una muestra de adultos jóvenes que incluían estudiantes universitarios. Se encontró que las mujeres tenían una mayor prevalencia de trastornos de ansiedad general, pero las prevalencias específicas variaban según el tipo de trastorno de ansiedad.

En estudios realizados por Arenas y Puigcerver (2009), indican que las mujeres en etapas reproductivas tienden a manifestar más ansiedad que los hombres, ya que reflejan una mayor atención al momento de solicitar asistencia psicológica. La prevalencia de la ansiedad en las mujeres puede deberse a factores genéticos u hormonales y como estas tienen una respuesta mayor ante las emociones y al estrés.

Además, es importante considerar que los factores sociales y culturales pueden desempeñar un papel significativo en la relación entre el género y la ansiedad en estudiantes universitarios. Por ejemplo, los roles de género, las expectativas sociales y las presiones culturales pueden influir en la expresión y la experiencia de la ansiedad (McLean, Asnaani, Litz y Hofmann 2011).

Ansiedad en procesos de Evaluación académica.

Durante la época de exámenes, es común que muchos estudiantes experimenten ansiedad, especialmente en forma de "ansiedad de evaluación", que se refiere al miedo al fracaso y al juicio de los demás (Ayora, 1993; Bausela, 2005). Estos sentimientos

ansiosos pueden dificultar la concentración y la memoria, lo que puede llevar a bloqueos mentales, olvidos y dificultades para planificar y organizar el trabajo académico (Ayora, 1993; Bausela, 2005). Como resultado, esta ansiedad puede tener un impacto negativo en el rendimiento académico durante las evaluaciones y también afectar el estado emocional de los estudiantes (Bauseda, 1995, citado en Hernández, Parra y Segura, 2011).

La ansiedad en los exámenes se manifiesta a través de reacciones emocionales negativas para los estudiantes, como el miedo a no rendir de manera adecuada en las evaluaciones. Este miedo puede deberse a diversas presiones, tanto externas como internas, como la presión familiar o incluso características individuales de la personalidad de cada estudiante (Bausela, 2005, p. 554). Es importante comprender que la ansiedad en el contexto académico puede variar en intensidad y manifestarse de manera diferente en cada individuo, pero reconocer estos factores puede ayudar a proporcionar el apoyo adecuado para manejar la ansiedad y mejorar el rendimiento estudiantil.

Como lo indica Bausela (2005, pp. 554-555) existen varias razones por las que los estudiantes manifiestan mayor ansiedad ante la época de exámenes, esto puede deberse a experiencias negativas relacionadas al medio ambiente donde están situados los estudiantes (familiar, social, laboral), actitudes negativas dentro del ambiente escolar, inseguridad o autocrítica negativa, falta de preparación en los exámenes, esto se debe a hábitos de estudio poco saludables, o un mal manejo del tiempo para poder estudiar de manera más eficiente.

IMPULSIVIDAD

La impulsividad es una característica conductual y del control de emociones. Para las personas impulsivas existe una falta en el procesamiento de la información (Jáuregui y Santiago, 2017) y en cómo afectan su rendimiento en las actividades que requieren continuidad, así mismo depende de la dificultad y la presión para realizar la actividad las cuales también dependen del estado emocional del individuo. Por lo general a las personas impulsivas les cuesta poner atención y tienen respuestas motoras inadecuadas, se caracterizan por su puesta dentro de una gratificación inmediata que llega ser ineficiente y escasa con atribuciones inadecuadas para el individuo (Cubero, 2006).

Rasgos de la impulsividad:

- Impulsividad cognitiva: se refiere a la incapacidad que tienen las personas de tomar decisiones y procesar información de manera asertiva, lo que refiere a una reflexión pobre ante las decisiones.
- Impulsividad motora: es aquella donde las personas actúan sin medir la consecuencia de sus actos, estas personas actúan rápidamente, guiándose sobre todo por estímulos que prefieren realizar en ese momento.
- Impulsividad no planificadora: esta toma en cuenta la toma de decisiones y organización de acciones o actividades futuras. (Gelabert et al, 2009)

Procesamiento de información.

Para Ato (1981) las personas tienen la característica de ser procesadoras de información, es decir, como el ser humano tiende a reaccionar procesar, almacenar y utilizar la información en su mente. Estos modelos se centran en cómo la información es adquirida y recuperada en la memoria.

Uno de los modelos más conocidos es el modelo de memoria de Atkinson y Shiffrin (1968), que propone una estructura en tres etapas: memoria sensorial, memoria a corto plazo y memoria a largo plazo. Según este modelo, la información entra primero en la memoria sensorial, donde se almacena brevemente en forma de estímulos sensoriales. Luego, si la información es atendida y procesada activamente, pasa a la memoria a corto plazo, donde se mantiene por un corto período de tiempo. Finalmente, si la información es procesada de manera más profunda o es relevante, se transfiere a la memoria a largo plazo, donde se almacena de forma más duradera.

Autocontrol.

El control de la impulsividad es un proceso gradual que se desarrolla durante la adolescencia y la adultez temprana. Arnett (1994) sugiere que las personas experimentan cambios significativos en la toma de decisiones y el autocontrol debido a la maduración de sus capacidades cognitivas y sociales.

Durante la adolescencia y la adultez temprana para Izquierdo (2007), las personas experimentan cambios significativos en la toma de decisiones y el autocontrol debido a la maduración de sus capacidades cognitivas y sociales. Esta idea se fundamenta en teorías del desarrollo cognitivo y social que sugieren que a medida que los individuos atraviesan estas etapas de la vida, su capacidad para procesar información y comprender el mundo que les rodea se vuelve más sofisticada y compleja.

Toma de decisiones

Los seres humanos a menudo toman decisiones basadas en sesgos cognitivos y emocionales, lo que puede llevar a comportamientos irracionales y decisiones subóptimas (Chahin, 2016).

Los sesgos cognitivos para Chahin (2016, citando a Kahneman), como la aversión a las pérdidas y la sobre-confianza, y las heurísticas, que son atajos mentales o reglas aproximadas, son conceptos fundamentales en el trabajo de Kahneman. Estos sesgos y heurísticas pueden influir en la toma de decisiones en el ámbito empresarial y llevar a comportamientos sesgados o irracionales.

Teorías de impulsividad de Eysenck

La teoría de la impulsividad de Eysenck, propuesta por el psicólogo Hans Eysenck (1957), se basa en la idea de que la impulsividad es un rasgo de personalidad que está influenciado por factores biológicos. Eysenck describió la impulsividad como una dimensión de la personalidad que varía de una persona a otra.

Según la teoría de Eysenck (1957), la impulsividad se relaciona con la activación del sistema nervioso central. Él postuló que las personas que son altamente impulsivas tienen un nivel de activación cortical más bajo, lo que los lleva a buscar estimulación externa y a ser más propensos a actuar sin pensar en las consecuencias.

Según Eysenck, las personas que son altamente impulsivas tienden a buscar estímulos externos y a actuar sin pensar en las consecuencias. Estas personas tienen una menor activación cortical, lo que significa que su corteza cerebral es menos activa en reposo. Esto lleva a una necesidad de estimulación adicional para elevar su nivel de activación a un punto óptimo.

Eysenck (1957) también propuso que la impulsividad está relacionada con la extraversión, otro rasgo de personalidad que describe el grado en que las personas buscan estimulación y disfrutan de la interacción social. Según su teoría, las personas que son altamente impulsivas y extrovertidas tienen una tendencia a buscar emociones y a buscar constantemente nuevas experiencias.

Sin embargo, es importante tener en cuenta que la teoría de impulsividad de Eysenck ha sido objeto de críticas y ha generado debates en el campo de la psicología. Se ha argumentado que la impulsividad es un constructo multidimensional y complejo, que no puede ser reducido únicamente a la activación cortical o a la extraversión. Otros modelos y teorías han surgido para comprender mejor la naturaleza y la influencia de la impulsividad en la personalidad y el comportamiento humano (Eysenck y Claridge, 1960; Bakan, 1959).

Otra de las teorías propuestas por Eysenck (1967) es del Sistema de Activación Reticular Ascendente. El ARAS (por sus siglas en inglés) es un sistema de estructuras neuronales ubicadas en la región del tronco cerebral, específicamente en la formación reticular. Juega un papel fundamental en la regulación de la activación y la atención en el cerebro.

Según Eysenck (1967), el ARAS es responsable de regular el nivel de activación o estimulación en el cerebro. El ARAS determina la cantidad de atención y alerta que una persona tiene hacia los estímulos internos y externos. Esta activación o estimulación influye en la forma en que una persona responde a su entorno y procesa la información.

En relación con la impulsividad, Eysenck propuso que las personas impulsivas tienen un ARAS más débil o menos activo. Esto significa que su nivel de activación en reposo es más bajo que el de las personas menos impulsivas. Como resultado, las personas impulsivas pueden tener una mayor necesidad de estimulación adicional para elevar su nivel de activación a un punto óptimo. Esto puede llevar a buscar constantemente experiencias emocionantes o estimulantes, así como a un mayor riesgo de actuar sin pensar en las consecuencias.

Teoría de impulsividad de Barratt.

Desde la teoría de Barratt, existen diferencias cognitivas y conductuales individuales de la impulsividad (Barratt y Patton, 1983). Estos procesos cognitivos se refieren al tiempo que lleva para las personas realizar una tarea o actividad, las personas con mayor nivel de impulsividad tienden a tener mayor dificultad para mantener una frecuencia estable por lo que llegan a ser más ineficientes en tareas que requieran mayor concentración. Los autores proponen que las personas impulsivas tienen un tiempo diferente a las personas no impulsivas, a lo que denominaron como “reloj interno”. Para Barratt y Patton (1983) las personas impulsivas tienden a subestimar el tiempo, por lo que, al momento de ejecutar actividades, estas se pueden ver afectadas.

Según Barratt (1985) existen tres rasgos de la impulsividad, estos son: impulsividad motora, la cual implica el actuar sin pensar en las consecuencias. La impulsividad cognitiva, esta se refiere a la predisposición que tiene una persona para tomar decisiones poco reflexivas. Por último, la impulsividad no planificadora, la cual es la tendencia de tener mayor interés por el presente, sin pensar en el futuro.

Impulsividad en el Ámbito académico.

Los estudiantes impulsivos pueden tener dificultades para poder organizar y planificar su tiempo, mantener la atención, tendencia a la procrastinación y dificultades para establecer metas a largo plazo (Barkley, 2012; Hassanbeigi et al., 2012; Steel, 2007) lo que interfiere en la capacidad para poder completar tareas o actividades académicas incluso llevando a los estudiantes a tomar decisiones apresuradas y arriesgadas. La impulsividad lleva a los estudiantes a buscar gratificaciones inmediatas en lugar de trabajar a los objetivos académicos que sean a largo plazo.

Los estudiantes impulsivos tienden a ser menos reflexivos y desconfiados consigo mismo y la autonomía de aprendizaje, llegan a tener conductas violentas y desmedidas que afectan también el ámbito psicosocial. (Carbajal, 2021)

Para los estudiantes universitarios con problemas de impulsividad se pueden observar diversos comportamientos que impiden y limitan su capacidad social y académica, como lo son: el consumo de sustancias, relaciones sexuales de riesgo, juegos de azar, involucrarse en conductas delictivas, toma de decisiones rápidas sin tomar las consecuencias. (Castaño, et al, 2013; Bentacourt y García, 2015; Pilatti, Michelini y Pautassi, 2020; Caña et al, 2015)

Impulsividad mediante la edad y el sexo

Dentro de la impulsividad se puede evidenciar mediante los estudios de Whiteside y Lynam (2001) que los hombres muestran más niveles de impulsividad a comparación de las mujeres ya que puede existir baja inhibición y falta de escrupulosidad en la población masculina lo que los hace ser más impulsivos, sin embargo, se pueden demostrar que existen medidas varias en los que las mujeres pueden llegar a ser más impulsivas que los hombres como lo pueden ser las compras impulsivas (Behar, 2018).

En cuanto a la edad se sugiere que las personas que apenas están cursando la etapa universitaria tienden a ser más impulsivos conforme a la maduración personal (Steinberg, 2008).

La interacción entre la ansiedad y la impulsividad puede generar un círculo vicioso. Por un lado, la ansiedad puede aumentar la impulsividad, ya que los estudiantes ansiosos pueden buscar formas rápidas de aliviar su malestar emocional sin considerar las consecuencias a largo plazo en situaciones estresantes (Naranjo, 2009). Por otro

lado, la impulsividad puede aumentar la ansiedad, ya que los estudiantes impulsivos pueden cometer errores o enfrentar consecuencias negativas debido a sus acciones impulsivas, lo que a su vez aumenta su nivel de ansiedad y preocupación (Del Toro et al, 2014; Medina, Moreno, Lillo y Guija, 2015)

Diferenciación entre ansiedad e impulsividad

Es importante destacar que la ansiedad y la impulsividad no son aspectos estáticos, sino que pueden ser modificados y gestionados. Los estudiantes pueden beneficiarse de estrategias de afrontamiento, técnicas de relajación, terapia cognitivo-conductual y apoyo emocional para manejar la ansiedad y desarrollar habilidades de autorregulación. Asimismo, trabajar en el desarrollo de la planificación, la toma de decisiones consciente y el establecimiento de metas realistas puede ayudar a reducir la impulsividad y promover un enfoque más efectivo en el ámbito académico. (Kozeniowski, 2018; Rodríguez, García y Cruz, 2005)

Aunque la ansiedad y la impulsividad pueden parecer similares, hay algunas diferencias clave entre ellas. En primer lugar, la ansiedad se refiere a una respuesta emocional a una amenaza percibida, mientras que la impulsividad se refiere a un patrón de comportamiento impulsivo. En segundo lugar, la ansiedad puede ser adaptativa o desadaptativa (Sierra, Ortega y Zubeidat, 2003), mientras que la impulsividad se considera en general como una tendencia desadaptativa (Bolinches et al, 2002). Finalmente, la ansiedad puede estar relacionada con una variedad de trastornos psicológicos, mientras que la impulsividad es un rasgo de personalidad que puede estar presente en muchas personas sin que necesariamente presenten un trastorno psicológico.

Hay evidencia empírica que sugiere que la ansiedad y la impulsividad tienen bases neurobiológicas diferentes. Por ejemplo, estudios de neuroimagen han encontrado

que la ansiedad está asociada con una hiperactividad en la amígdala, una estructura cerebral que se encuentra en el sistema límbico y está involucrada en el procesamiento emocional (Etkin y Wager, 2007). Por otro lado, la impulsividad está asociada con una disminución de la actividad en las regiones prefrontales del cerebro, que están involucradas en la toma de decisiones y la planificación (Moeller, Barratt, Dougherty, Schmitz y Swann, 2001).

Aunque la ansiedad y la impulsividad pueden parecer similares en algunos aspectos, son dos constructos psicológicos distintos con bases neurobiológicas diferentes. La ansiedad se refiere a una respuesta emocional a una amenaza percibida, mientras que la impulsividad se refiere a un patrón de comportamientos arriesgados o poco reflexivos. Ambos pueden tener consecuencias negativas para el bienestar psicológico y físico de una persona, y es importante diferenciar entre ellos para poder entender y tratar adecuadamente los trastornos psicológicos.

Las variables que operan en esta investigación en cuanto a la impulsividad y ansiedad son:

Variable:	Ansiedad
Definición:	El Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) tiene por objetivo medir dos dimensiones de ansiedad: Estado (se refiere a cómo se siente el sujeto en ese momento) y Rasgo (cómo se siente generalmente) (Spielberger, D., Gorsuch, L., y Lushene, R. 1997).
Dimensiones:	Ansiedad Estado (A/E) y Ansiedad Rasgo (A/R)
Indicadores:	<u>Ansiedad Estado:</u> Factor I: Ansiedad Estado positivo

	<ul style="list-style-type: none"> - Caracterizado por sentimientos de tensión, agitación, nerviosismo y preocupación en situaciones específicas (Spielberger, D., Gorsuch, L., y Lushene, R. 1997). <p>Factor II: Ansiedad Estado negativo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Representa sentimientos de calma, seguridad, satisfacción y bienestar emocional en ciertos contextos (Spielberger, D., Gorsuch, L., y Lushene, R. 1997). <p><u>Ansiedad Rasgo:</u></p> <p>Factor III: Ansiedad Rasgo positivo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Refleja rasgos de personalidad relacionados con la ansiedad, como falta de confianza en sí mismo, preocupación excesiva y melancolía (Spielberger, D., Gorsuch, L., y Lushene, R. 1997). <p>Factor IV: Ansiedad Rasgo negativo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se caracteriza por sentimientos de bienestar, seguridad y estabilidad emocional como rasgos de personalidad (Spielberger, D., Gorsuch, L., y Lushene, R. 1997).
Valorización:	Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE)

Fuente: (Flores, 2023)

Variable:	Impulsividad
Definición:	La Escala de Impulsividad de Barratt (BIS) es un instrumento ampliamente utilizado en investigación en diversas

	disciplinas. Su objetivo principal es evaluar la impulsividad como un rasgo de personalidad (Stanford et al., 2009).
Dimensiones:	<ul style="list-style-type: none"> - Impulsividad Motora - Impulsividad Cognitiva - Impulsividad No planificadora
Indicadores:	<p><u>Impulsividad motora</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Esta dimensión está relacionada con el aspecto motor de la impulsividad y se refiere a la tendencia a actuar de manera impulsiva sin una planificación adecuada (Gelabert et al, 2009). <p><u>Impulsividad cognitiva</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Esta dimensión se relaciona con el aspecto cognitivo de la impulsividad y se caracteriza por pensamientos y comportamientos impulsivos relacionados con la toma de decisiones y la planificación (Gelabert et al, 2009). <p><u>Impulsividad no planificadora</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Esta dimensión representa la tendencia a actuar de manera impulsiva sin una planificación adecuada y a vivir situaciones sin pensar en las consecuencias a largo plazo (Gelabert et al, 2009).
Valorización:	Inventario de Impulsividad de Barratt (BIS-11)

Fuente: (Flores, 2023)

IV. OBJETO DE LA INVESTIGACIÓN

El propósito de esta investigación es analizar la influencia de la impulsividad y la ansiedad académica en estudiantes universitarios con el objetivo de comprender como estas variables influyen en su bienestar emocional y en el ambiente educativo.

La impulsividad se refiere a la tendencia a actuar sin pensar en las consecuencias a largo plazo. Las personas impulsivas pueden tener dificultades para planificar y tomar decisiones informadas. Esto puede manifestarse en comportamientos como la procrastinación, la búsqueda de emociones y la adicción a las drogas o el alcohol (Moeller, Barratt, Dougherty, Schmitz y Swann, 2001).

Siendo que ambas condiciones pueden afectar el bienestar emocional y social de los estudiantes. La ansiedad y la impulsividad pueden dificultar el establecimiento de relaciones sociales saludables, el trabajo en equipo y la participación en actividades extracurriculares (Betina y Cotini, 2011; Morales, 2018). Los estudiantes pueden evitar situaciones que les generen ansiedad o actuar impulsivamente en interacciones sociales, lo que puede llevar a conflictos y dificultades en sus relaciones.

La ansiedad y la impulsividad son dos aspectos que pueden tener un impacto significativo en el ámbito académico, interfiriendo en el rendimiento, la concentración y el bienestar general de los estudiantes. Estas dos condiciones pueden manifestarse de diferentes maneras y afectar tanto el proceso de aprendizaje como el desarrollo de habilidades académicas. (Otero, 2021; Quevedo, Alulima y Tapia, 2023)

Por todo lo expuesto anteriormente, se pretende identificar la prevalencia y el nivel de ansiedad e impulsividad en estudiantes universitarios, con el fin de determinar la magnitud del problema y sus posibles consecuencias al momento de rendir las evaluaciones académicas y como persiste su estado emocional.

También, al tomar las variables sociodemográficas como lo son el sexo y la edad se busca investigar las diferencias entre la ansiedad y la impulsividad entre los distintos grupos etarios. Proporcionando información relevante para el diseño y la implementación de programas de prevención de la ansiedad e impulsividad en el ámbito universitario con el fin de mejorar la salud mental y el rendimiento académico de los estudiantes.

V. METODOLOGIA.

Perspectiva metodológica.

Esta investigación será de corte cuantitativo, que según Monje (2011), es una perspectiva metodológica que es aceptada por la comunidad científica ya que ayuda a relacionar las hipótesis de manera que contrasta con las variables mediante una recolección de información que van por conceptos empíricos medibles y conceptuales, contribuyendo con la comprensión teórica y patrones de relación de las variables mediante análisis estadísticos. Utilizando un método de recolección de datos estadísticos por medio de una escala de Likert que, según Coronado (2007) nos

permitirá medir y evaluar la relación existente de las variables, por medio de ítems que servirá para cuantificar las dimensiones propuestas acerca de la impulsividad y ansiedad.

Esta perspectiva, ayudará a determinar e identificar los niveles de impulsividad y ansiedad de los estudiantes universitarios y la relación de estas variables.

Diseño de investigación.

El diseño de investigación será correlacional de enfoque no experimental de corte transversal ya que se describirá de manera correlacional la asociación entre las variables, donde los coeficientes de correlación en la escala de Pearson oscilan entre -1 indicando que no existe correlación y +1 donde existe una correlación positiva, mientras que un coeficiente de correlación 0 indica que hay ninguna correlación entre variables, el enfoque no experimental, transversal nos indica que solamente se hará un registro de datos mediante una escala propuesta en un momento dado sin seguimiento, por lo cual la valoración de estas variables será en ese preciso momento mediante los cuestionarios realizados.

Consentimiento informado y ética

Para la realización de las encuestas se obtuvo la autorización de los estudiantes mediante un consentimiento informado antes de la colaboración en el estudio siendo ésta totalmente libre y voluntaria de participar, proporcionándoles en el documento una explicación clara de los objetivos de la investigación y su propósito y sobre todo de cómo se protegería su privacidad y confidencialidad junto con los riesgos y beneficios al realizar los cuestionarios. Por lo cual, el estudio fue llevado a cabo de acuerdo con los estándares éticos establecidos por la institución.

Beneficios de la investigación.

La información proporcionada en esta investigación contribuye al conocimiento sobre cómo la impulsividad y la ansiedad académica afectan a los estudiantes. Esto permitiría desarrollar intervenciones y estrategias de apoyo más efectivas, mejorando su bienestar emocional y desempeño académico bajo presión. Los profesores y personal universitario podrían adaptar sus enfoques para abordar las necesidades específicas de los estudiantes, fomentando un ambiente de aprendizaje menos estresante y proporcionando recursos de apoyo adecuados. Los hallazgos también enriquecerían el conocimiento existente sobre impulsividad y ansiedad en estudiantes universitarios, impulsando futuras investigaciones y colaboraciones entre investigadores interesados en campos relacionados. La realización de cuestionarios ayudaría a los estudiantes a ser conscientes de sus niveles de impulsividad y ansiedad, permitiéndoles desarrollar estrategias de afrontamiento efectivas

Riesgos de la investigación.

Dentro de los riesgos que podría ocurrir dentro de la investigación es el sesgo de autopercepción y autorreporte. Los participantes pueden tener dificultades para reconocer y evaluar con precisión su propia impulsividad y ansiedad, lo que podría afectar la validez de los resultados. Además, algunos estudiantes podrían minimizar o exagerar sus síntomas debido a preocupaciones sociales o a la percepción de estigmatización asociada a estos problemas.

Instrumentos y técnicas de producción de datos.

Los datos estadísticos se inició con su utilización desde la toma de la información a través de los cuestionarios, posteriormente se tabuló la información con variables cuantitativas entre ellas son ordinales y nominales, además se codificaron las

opciones de respuesta con valores por cada una de las características lo que permitió obtener cuadros o tablas de contingencia o de doble entrada la que permite analizar dos o más variables para determinar la incidencia de la impulsividad y ansiedad por sexo, esto se utilizó con la herramienta estadística SPSS versión 24 en español.

Se diseña un cuestionario sociodemográfico que indique la edad, género y también para este trabajo se utilizará el Inventario de impulsividad de Barratt (BIS-11) en estudiantes universitarios, la cual consta de 30 ítems en las que se encuentran subescalas como: Impulsividad cognitiva, impulsividad motora e impulsividad no planificadora, la cual consta con cuatro opciones de respuesta las cuales son: 0=Raramente o nunca, 1=Ocasionalmente, 3=A menudo, 4=Siempre o casi siempre. (Salvo y Castro, 2019). Esta escala también ayudará a medir los niveles de procrastinación de los estudiantes, ya que correlaciona la autoeficacia, la planificación de actividades y la culminación de estas, así mismo, una escala sociodemográfica que contará con una valoración de género y edad.

1. Impulsividad cognitiva: ideas irreales, y reflexiones poco cuidadosas, tendencia tomar decisiones impulsivas. Ítems (4, 7, 10, 13, 16, 19, 24 y 27)
2. Impulsividad motora: tendencia a actuar de manera errática e impulsiva, carente de auto-control. Ítems (2, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 23, 26 y 29)
3. Impulsividad no planificadora: analiza la organización de las acciones y su planificación. Ítems (1, 3, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 22, 25, 28 y 30)

(Gelabert et al. 2009)

También, se utilizará el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) de Spielberger, Gorsuch y Lushene (1997), que evalúa dos conceptos independientes de la ansiedad, cada una de ella dividida en dos partes. A partir del ítem 1 al 20 mide la ansiedad como estado (AE), que se caracteriza como el aspecto emocional de las personas siendo este de

manera transitoria, se caracteriza por sentimientos subjetivos de como el sujeto se siente en ese momento y como los percibe de manera consciente, estos sentimientos pueden ser de aprehensión, atención y por activación del sistema nervioso autónomo. Luego, desde el ítem 21 al 40 se medirá la ansiedad como rasgo (AR), que es la tendencia ansiosa que permanece de manera estable con las personas, esta se caracteriza por como los individuos tienden a percibir situaciones amenazadoras de manera constante. (Spielberger, Gorsuch y Lushene, 1997).

Para los ítems de Ansiedad Estado se medirá mediante una escala de Likert, esta se presenta desde: No, en lo absoluto=1, Un poco=2, Bastante=3, Mucho=4. Los ítems que se toma en cuenta desde un factor positivo de ansiedad estado son: 3, 4, 6, 7, 9, 12, 14, 17 y 18, estas miden nerviosismo, tensión, preocupación e intranquilidad. Los ítems como factor ansiedad estado negativo son: 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19 y 20, estas miden activación positiva, animación, bienestar, satisfacción y confianza en uno mismo. Para medir la ansiedad rasgo, también se usa una escala de Likert que va desde: Casi nunca=1, Algunas veces=2, Frecuentemente=3 y Casi siempre=4. Los ítems positivos para ansiedad rasgo son: 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38 y 40, estas miden desesperanza, melancolía y sentimientos de incapacidad. Mientras que los ítems como factor de ansiedad rasgo negativo son: 21, 26, 27, 30, 33, 36 y 39, por último, estas miden, estabilidad y ausencia de cambios de humor. Los parámetros que se utilizaran para poder obtener la puntuación de los reactivos (r) positivos (P) o negativos (N) será: $\text{Ansiedad-estado} = \text{AErP} - \text{AErN} + 50 = \text{AE}$ y $\text{Ansiedad Rasgo} = \text{ARrP} - \text{ARrN} + 35 = \text{AR}$. Las constantes que se suman en ambas formulas (50, 35) se obtienen al multiplicar por 5 (x5) el número de reactivos inversos en cada escala. A través de esta constante se revierte el peso de las respuestas para cada reactivo, una vez obtenida la puntuación requerida se llega a la siguiente escala para los dos conceptos: Baja <30, Medio 30-44 y Alto >45.

VI. PREGUNTAS CLAVE

- *Pregunta de inicio*

¿Cómo influye la impulsividad y ansiedad académica en los estudiantes universitarios?

- *Preguntas de cierre*

¿Quiénes son aquellos que tienen más prevalencia hacia los niveles de impulsividad y ansiedad académica dentro de una universidad privada?

VII. ORGANIZACIÓN Y PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

ANÁLISIS DE VARIABLES

Tabla 1
Variable Edad

	Edad			
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	18 a 20 años	49	48.5	48.5
	21 a 23 años	38	37.6	86.1
	de 24 años y más	14	13.9	100.0
	Total	101	100.0	100.0

Fuente: IMB SPSS (Flores, 2023)

De las 101 personas investigadas, se puede observar la mayor concentración de los elementos está en las edades de 18 a 20 años ya que representan el 48,5%, mientras

que el 36.7% representa a las personas entre 21 a 23 años y finalmente las personas de 24 años y más son el 13.9%.

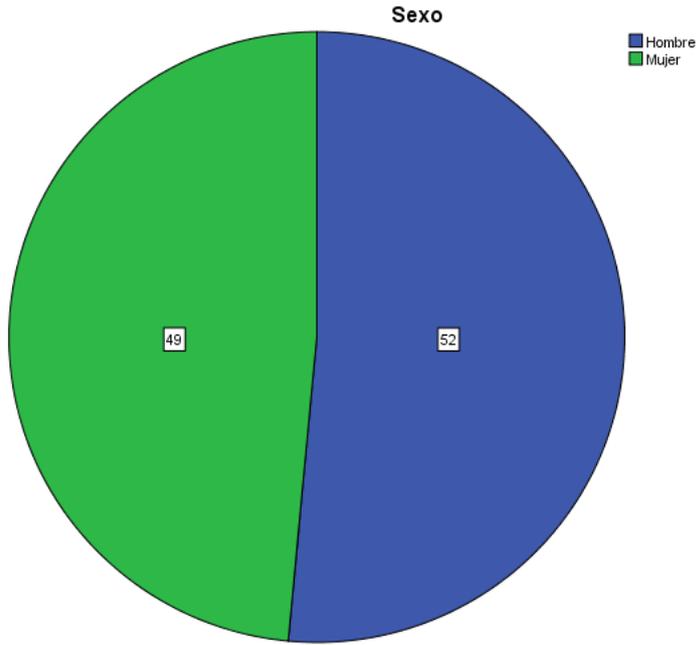
Tabla 2
Variable Sexo

		Sexo			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Hombre	52	51.5	51.5	51.5
	Mujer	49	48.5	48.5	100.0
	Total	101	100.0	100.0	

Fuente: IMB SPSS (Flores, 2023)

De la muestra obtenida, se puede ver que el mayor porcentaje corresponde a: hombres 51.5% y mujeres 48.5%.

Gráfico 1



Fuente: IMB SPSS (Flores, 2023)

Tabla 3
Variable Sexo-Edad

Tabla cruzada Sexo*Edad

Recuento		Edad			Total
		18 a 20 años	21 a 23 años	24 años o más	
Sexo	Hombre	23	19	10	52
	Mujer	26	19	4	49
Total		49	38	14	101

Fuente: IMB SPSS (Flores, 2023)

En el cuadro se puede observar que las mujeres entre 18 a 20 años son el mayor porcentaje de la muestra con el 27.5% con respecto al total y mientras tanto los hombres en el mismo rango de edad representan el 22.7%.

Interpretación de impulsividad

Tabla 4
Variables: Sexo-Edad – Impulsividad Cognitiva

Tabla cruzada Edad*Impulsividad Cognitiva*Sexo

Recuento

Sexo			Impulsividad Cognitiva		Total
			No significativa	Significativa	
Hombre	Edad	18 a 20 años	13	10	23
		21 a 23 años	11	8	19
		de 24 años y más	7	3	10
	Total		31	21	52
Mujer	Edad	18 a 20 años	9	17	26
		21 a 23 años	12	7	19
		de 24 años y más	2	2	4
	Total		23	26	49
Total	Edad	18 a 20 años	22	27	49
		21 a 23 años	23	15	38
		de 24 años y más	9	5	14
	Total		54	47	101

Fuente: IMB SPSS (Flores, 2023)

La Impulsividad Cognitiva no significativa representa 53.4% del total, en cambio la Impulsividad Cognitiva Significativa representa el 46.6%. en el primer caso de la no significativa el rango de edad predominante es de 21 a 23 años.

Para el segundo caso de Impulsividad Cognitiva Significativa el rango de edad predominante es de 18 a 20 años siendo el sexo predominante son las mujeres.

Variables: Sexo-Edad – Impulsividad Motora

Tabla 5

Tabla cruzada Edad*Impulsividad Motora*Sexo

Recuento	Impulsividad Motora		Total
Sexo			

			No significativa	Significativa	
Hombre	Edad	18 a 20 años	17	6	23
		21 a 23 años	14	5	19
		de 24 años y más	10	0	10
	Total		41	11	52
Mujer	Edad	18 a 20 años	18	8	26
		21 a 23 años	15	4	19
		de 24 años y más	3	1	4
	Total		36	13	49
Total	Edad	18 a 20 años	35	14	49
		21 a 23 años	29	9	38
		de 24 años y más	13	1	14
	Total		77	24	101

Fuente: IMB SPSS (Flores, 2023)

La impulsividad Motora no significativa representa 76.2% del total, en cambio la Impulsividad Motora Significativa representa el 23.8%. en el primer caso de la no significativa el rango de edad predominante es de 18 a 20 años y de ellos el sexo femenino es el más representativo.

Para el segundo caso de Impulsividad Motora Significativa el rango de edad predominante es de 18 a 20 años siendo el sexo predominante las mujeres.

Variables: Sexo-Edad – Impulsividad no Planeada

Tabla 6

Tabla cruzada Edad*Impulsividad no Planeada*Sexo

Recuento			
Sexo		Impulsividad no Planeada	Total

			No significativa	Significativa	
Hombre	Edad	18 a 20 años	21	2	23
		21 a 23 años	19	0	19
		de 24 años y más	6	4	10
	Total		46	6	52
Mujer	Edad	18 a 20 años	24	2	26
		21 a 23 años	14	5	19
		de 24 años y más	1	3	4
	Total		39	10	49
Total	Edad	18 a 20 años	45	4	49
		21 a 23 años	33	5	38
		de 24 años y más	7	7	14
	Total		85	16	101

Fuente: IMB SPSS (Flores, 2023)

La impulsividad no Planeada no significativa representa 84.2% del total, en cambio la Impulsividad no Planeada Significativa representa el 15.8%. en el primer caso de la no significativa el rango de edad predominante es de 18 a 20 años y de ellos el sexo femenino es el más representativo.

Para el segundo caso de Impulsividad no Planeada Significativa el rango de edad predominante es de 24 años y más siendo el sexo predominante los hombres.

Interpretación de ansiedad estado-rasgo

Tabla 7

Variabes: Sexo-Edad – Ansiedad como estado

Tabla cruzada Edad*Ansiedad como estado*Sexo
Recuento

Sexo			Ansiedad como estado			Total
			Bajo	Medio	Alto	
Hombre	Edad	18 a 20 años	1	7	15	23
		21 a 23 años	1	12	6	19
		de 24 años y más	0	8	2	10
	Total		2	27	23	52
Mujer	Edad	18 a 20 años		6	20	26
		21 a 23 años		6	13	19
		de 24 años y más		1	3	4
	Total			13	36	49
Total	Edad	18 a 20 años	1	13	35	49
		21 a 23 años	1	18	19	38
		de 24 años y más	0	9	5	14
	Total		2	40	59	101

Fuente: IMB SPSS (Flores, 2023)

La Ansiedad como estado donde predomina el nivel alto con el 58.4% del total, donde el rango de edad predominante esta entre los 18 y 20 años con el 34.7%, siendo las mujeres las más representativas con el 35.6%.

Variables: Sexo-Edad – Ansiedad como rasgo peculiar.

Tabla 8

Tabla cruzada Edad*Ansiedad como rasgo o peculiar*Sexo

Recuento		Ansiedad como rasgo o peculiar			Total
Sexo					

			Bajo	Medio	Alto	
Hombre	Edad	18 a 20 años	5	13	5	23
		21 a 23 años	3	12	4	19
		de 24 años y más	2	7	1	10
	Total		10	32	10	52
Mujer	Edad	18 a 20 años	2	8	16	26
		21 a 23 años	0	12	7	19
		de 24 años y más	0	1	3	4
	Total		2	21	26	49
Total	Edad	18 a 20 años	7	21	21	49
		21 a 23 años	3	24	11	38
		de 24 años y más	2	8	4	14
	Total		12	53	36	101

Fuente: IMB SPSS (Flores, 2023)

La Ansiedad como rasgo o peculiar siendo el predominio del nivel medio con el 52.5% del total, donde el rango de edad predominante esta entre los 21 y 23 años, donde se encuentran equiparados hombres y mujeres en igual cantidad; el nivel alto en este tipo de ansiedad representa el 35.6% con respecto al total la edad de mayor concentración es de 18 a 20 años donde las mujeres están en mayor número con el 25.7%, y el nivel bajo con el 11.9% , siendo el rango de edad de 18 a 20 años como fue el caso anterior y aquí los hombres son los que son mayoría.

Análisis de Fiabilidad

Con la finalidad de asegurar la fiabilidad de los instrumentos de trabajo para la presente investigación y mediante la utilización del programa estadístico SPSS versión 24 en español el Alfa de Cronbach.

Rangos del Alfa de Cronbach

Alfa de Cronbach	Consistencia Interna
$\alpha \geq 0,9$	Excelente
$0,8 \leq \alpha < 0,9$	Buena
$0,7 \leq \alpha < 0,8$	Aceptable
$0,6 \leq \alpha < 0,7$	Cuestionable
$0,5 \leq \alpha < 0,6$	Pobre
$\alpha < 0,5$	Inaceptable

Realizado la fiabilidad de los instrumentos de trabajo se obtuvieron los siguientes resultados:

ESCALA DE IMPULSIVIDAD DE BARRATT

Tabla 9

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	101	100.0
	Excluido	0	.0
	Total	101	100.0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.780	30

Fuente: IMB SPSS (Flores, 2023)

En el primer caso el resultado obtenido es de 0.780, siendo aceptable el instrumento de investigación.

IIDARE

INVENTARIO DE AUTOVALORACIÓN

Tabla 10

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	101	100.0
	Excluido	0	.0
	Total	101	100.0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.740	40

Fuente: IMB SPSS (Flores, 2023)

En el segundo caso el resultado obtenido es de 0.740 también su consistencia es aceptable para continuar con la investigación.

VARIABLES: Sexo-Ansiedad como estado – Ansiedad como rasgo peculiar.

Tabla 11

Tabla cruzada Ansiedad como estado*Ansiedad como rasgo o peculiar*Sexo

Recuento

Sexo	Ansiedad como estado	como	Ansiedad como rasgo o peculiar			Total
			Bajo	Medio	Alto	
Hombre	Ansiedad como estado	Bajo	2	0	0	2
		Medio	7	20	0	27
		Alto	1	12	10	23
	Total		10	32	10	52
Mujer	Ansiedad como estado	Medio	2	11	0	13
		Alto	0	10	26	36
	Total		2	21	26	49
Total	Ansiedad como estado	Bajo	2	0	0	2
		Medio	9	31	0	40
		Alto	1	22	36	59
	Total		12	53	36	101

Fuente: IMB SPSS (Flores, 2023)

Dentro de la Ansiedad como estado y como rasgo, el 35,6% se ubica en el nivel Alto con predominio de las mujeres que su puntaje porcentual es del 25,7% más de la cuarta parte de la población en estudio, esto nos permite identificar que existe un alto grado de ansiedad por parte de este grupo de la población, además existe una correlación entre estas tres variables mayores del 0,6 que nos indica que es positiva y medio alta.

VARIABLES: SEXO-IMPULSIVIDAD COGNITIVA –IMPULSIVIDAD MOTORA – IMPULSIVIDAD NO PLANEADA.

Tabla 12

Tabla cruzada Impulsividad Cognitiva*Impulsividad Motora*Impulsividad no Planeada*Sexo

Recuento

Sexo	Impulsividad no Planeada			Impulsividad Motora		Total
				No significativa	Significativa	
Hombre	No significativa	Impulsividad Cognitiva	No significativa	23	4	27
			Significativa	13	6	19
	Total			36	10	46
	Significativa	Impulsividad Cognitiva	No significativa	3	1	4
			Significativa	2	0	2
	Total			5	1	6
	Total	Impulsividad Cognitiva	No significativa	26	5	31
			Significativa	15	6	21
		Total			41	11
	Mujer	No significativa	Impulsividad Cognitiva	No significativa	19	1
Significativa				11	8	19
Total			30	9	39	
Significativa		Impulsividad Cognitiva	No significativa	3	0	3
			Significativa	3	4	7
Total			6	4	10	
Total		Impulsividad Cognitiva	No significativa	22	1	23
			Significativa	14	12	26
		Total			36	13
Total		No significativa	Impulsividad Cognitiva	No significativa	42	5
	Significativa			24	14	38
	Total			66	19	85

Significativa	Impulsividad Cognitiva	No significativa	6	1	7
		Significativa	5	4	9
Total			11	5	16
Total	Impulsividad Cognitiva	No significativa	48	6	54
		Significativa	29	18	47
Total			77	24	101

Fuente: IMB SPSS (Flores, 2023)

Con respecto a la impulsividad Cognitiva, Motora y No planeada dentro del rasgo no significativo el 40,6% corresponde a los hombres y el 35,6% para las mujeres que en su totalidad es el 76,2% que se identifican con una impulsividad no significativa, mientras que el 23,8% si registraron según los resultados con una impulsividad significativa donde el 12,9% representan las mujeres y el 10,9% son de los hombres.

Tabla 13

Correlaciones

		Sexo	Edad	Impulsividad Cognitiva	Impulsividad Motora	Impulsividad no Planeada	Ansiedad como estado	Ansiedad como rasgo o peculiar
Sexo	Correlación de Pearson	1	-,140	,127	,063	,121	,309**	,378**
	Sig. (bilateral)		,162	,206	,531	,227	,002	,000
	N	101	101	101	101	101	101	101
Edad	Correlación de Pearson	-,140	1	-,160	-,154	,326**	-,241*	-,079
	Sig. (bilateral)	,162		,110	,125	,001	,015	,430
	N	101	101	101	101	101	101	101
Impulsividad Cognitiva	Correlación de Pearson	,127	-,160	1	,319**	,085	,203*	,302**
	Sig. (bilateral)	,206	,110		,001	,401	,041	,002
	N	101	101	101	101	101	101	101
Impulsividad Motora	Correlación de Pearson	,063	-,154	,319**	1	,076	,194	,262**
	Sig. (bilateral)	,531	,125	,001		,448	,052	,008
	N	101	101	101	101	101	101	101
Impulsividad no Planeada	Correlación de Pearson	,121	,326**	,085	,076	1	,151	,134
	Sig. (bilateral)	,227	,001	,401	,448		,132	,182
	N	101	101	101	101	101	101	101
Ansiedad como estado	Correlación de Pearson	,309**	-,241*	,203*	,194	,151	1	,672**
	Sig. (bilateral)	,002	,015	,041	,052	,132		,000
	N	101	101	101	101	101	101	101
Ansiedad como rasgo o peculiar	Correlación de Pearson	,378**	-,079	,302**	,262**	,134	,672**	1
	Sig. (bilateral)	,000	,430	,002	,008	,182	,000	
	N	101	101	101	101	101	101	101

Fuente: IMB SPSS (Flores, 2023)

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral). Esto quiere decir al 99% de nivel de confianza

* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral). Esto quiere decir al 95% de nivel de confianza

El color amarillo quiere decir que existe una correlación positiva.

El color verde significa que existe una correlación negativa.

Variable sexo – edad: Correlación negativa baja con el nivel de confianza del 95%.

Variable sexo – Impulsividad cognitiva: correlación baja y positiva con nivel de confianza del 95%.

Variable sexo – Impulsividad motora: correlación baja y positiva con nivel de confianza del 95%.

Variable sexo – Impulsividad no planeada: correlación baja y positiva con nivel de confianza del 95%.

Variable sexo – Ansiedad como estado: correlación baja y positiva con nivel de confianza del 99%.

Variable sexo – Ansiedad como rasgo: correlación baja y positiva con nivel de confianza del 95%.

En el caso de la variable edad se puede observar que existe una correlación negativa con 5 de las variables y el grado de correlación es bajo; y solo con la variable impulsividad no planeada es positiva pero baja.

En conclusión, el grado de correlación entre las variables es bajo siendo en algunos casos positiva y en otros negativa.

SEGUNDA PARTE

VIII. JUSTIFICACIÓN.

Se pretende analizar las dimensiones desde la impulsividad y la ansiedad en estudiantes universitarios, ya que se requiere aportar con información que ayude al conocimiento y concientización de los estudiantes, también aportando al personal docente información de los factores del auto-control en donde se deben idear y formular estrategias que ayuden a intervenir esta problemática dentro del área clínica del control de impulsos y control de ansiedad.

Investigaciones realizadas por Gaibor y Moreta (2019) en la Universidad Técnica de Ambato con una muestra de 288 participantes con edades entre 17 a 39 años descubrieron que en cuanto a la ansiedad existían diferencias de sexo siendo las mujeres

las que manifiestan mayor ansiedad que los hombres mediante una prueba “t of students” (t) que asumía varianzas iguales a >0.5 o sin variación significativa <0.5 , en este caso las mujeres tenían una variación mayor a >0.5 mientras que los hombres <0.5 (>0.3).

En cuanto a la impulsividad, Flores et al (2022) en un estudio realizado de Impulsividad en base a estudio de género en población universitaria con 882 estudiantes con características demográficas distintas, entre edades de 18 a 25 años, donde fueron 241 personas de género masculino y 641 personas de género femenino, donde de acuerdo con los resultados obtenidos existía una impulsividad representativo de un 68.6% en hombres y 44% en mujeres, porcentajes que hacían referencia a la tendencia de las urgencias, incapacidad de premeditar consecuencias y dificultad de mantener la concentración en alguna actividad difícil por lo que buscaban nuevas sensaciones para poder satisfacer sus emociones (Whiteside y Lynam 2001; Flores et al 2022).

Dentro del contexto ecuatoriano, la ansiedad a partir del confinamiento del Covid-19 en estudios realizados por Mautong et al (2021) donde participaron 626 personas con edades mayores a 18 años, al menos el 30.7% de los encuestados tenían ansiedad severa a relación de la ansiedad moderada de 17.7%.

La ansiedad y la impulsividad son dos aspectos que han adquirido una relevancia cada vez mayor entre los estudiantes universitarios en Ecuador. En un entorno académico exigente y competitivo, los jóvenes se enfrentan a múltiples desafíos que pueden desencadenar niveles elevados de ansiedad. Las presiones académicas, las expectativas sociales, las responsabilidades financieras y la incertidumbre sobre el futuro profesional pueden generar una sensación constante de preocupación y estrés. Es así como la prevalencia de ansiedad de una muestra de estudiantes universitarios en

Loja es de 0.02%, evidenciando la existencia de diversos factores relacionados con el nivel de estudios y género de dicho grupo poblacional, que afecta su bienestar emocional y su rendimiento académico. Además, la impulsividad también puede manifestarse en contextos de estudios, es que una investigación realizada en estudiantes de bachillerato ecuatorianos obtuvo como factor predominante la inmediatez con 55.1%, debido posiblemente a la edad de la población (Paz Balseca, 2020). La combinación de ansiedad e impulsividad puede generar un ciclo negativo, donde los estudiantes se sienten atrapados en un estado de agitación constante y actúan de manera impulsiva, lo que agrava aún más sus niveles de estrés (Jaude, 2001). Por lo tanto, es crucial abordar estos problemas y brindar a los estudiantes universitarios el apoyo adecuado para que puedan afrontar de manera efectiva los desafíos académicos y emocionales durante esta etapa crucial de sus vidas.

Está claro que la impulsividad de los estudiantes hacia estímulos más satisfactorios para evadir obligaciones que crean más dificultades para realizar o laboriosas es un problema que trae consecuencias negativas que afectan a la ineficiencia e ineficacia de los estudiantes al momento de realizar alguna actividad. Desde una visión en la salud mental, según el informe de la OMS (2008) la ansiedad es un factor prevalente en las personas, en cuanto a los estudiantes y trabajadores tienden a tener un mayor nivel de ansiedad por las cargas de trabajo y estrés que, durante la última década se han ido aumentando los casos de ansiedad, depresión y autocontrol y las personas se han enfocado en realizar actividades fuera de su círculo de actividades institucionales, esto se ha visto afectado más en estudiantes ya que al momento de estar formándose como profesionales, muchos no se sienten identificados con su carrera o futura profesión, así mismo las cargas emocionales se ven afectadas por distintos factores, ya

sean motivacionales, cognitivos y reguladores que ayudan a la permanencia o no las personas en la institución (Román, 2013)

Tanto la ansiedad académica como la impulsividad pueden estar causadas por diversos factores, como la genética, los rasgos de personalidad y las experiencias ambientales. También pueden verse exacerbadas por el estrés, la falta de sueño y otros problemas de salud mental.

En el campo de la psicología, la ansiedad académica y la impulsividad son importantes porque pueden tener un impacto significativo en el rendimiento académico. Los estudios han demostrado que los estudiantes con altos niveles de ansiedad académica son más propensos a experimentar problemas académicos, como malas notas, abandono escolar y trastornos de ansiedad. La impulsividad también puede interferir en el rendimiento académico, provocando el incumplimiento de plazos, errores por descuido y una toma de decisiones deficiente.

Además del rendimiento académico, la ansiedad académica y la impulsividad también pueden asociarse a otros trastornos de salud mental. Por ejemplo, los estudiantes con altos niveles de ansiedad académica tienen más probabilidades de sufrir también depresión, ansiedad social y trastorno de pánico (Calupiña y Realpe, 2021). La impulsividad también está asociada a una serie de trastornos mentales, como el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH), el abuso de sustancias y los trastornos de personalidad (Rusca y Cortez, 2020).

El estudio de la ansiedad académica y la impulsividad es importante por varias razones. En primer lugar, puede ayudarnos a comprender mejor los factores que contribuyen a estos trastornos. En segundo lugar, puede ayudarnos a desarrollar intervenciones que ayuden a los estudiantes a controlar su ansiedad e impulsividad. En

tercer lugar, puede ayudarnos a identificar a los estudiantes que corren el riesgo de tener problemas académicos y de salud mental.

Esta investigación permitirá reconocer de qué manera influye la impulsividad y la ansiedad a los estudiantes tomando en cuenta el sexo y la edad de los participantes.

Mediante la escala de Barratt se permitirá observar y cuantificar los niveles de impulsividad y también mediante el Inventario de Ansiedad de Beck medir los niveles de ansiedad, se procura desarrollar procesos que permitan describir de manera más amplia la visión que se tiene de la población acerca de esta problemática con un enfoque en un modelo de atención primaria que va desde la promoción y la prevención de la salud mental.

IX. CARACTERIZACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS

Población:

Para este estudio se eligió a estudiantes universitarios de una universidad privada en la ciudad de Quito el cual se compuso de 103 estudiantes de los cuales solamente aceptaron realizar los cuestionarios 101 estudiantes, estos estaban comprendidos por: 52 hombres y 49 mujeres todos ellos estudiantes activos dentro de la universidad de todos los semestres y carreras, esta investigación se realizó mediante un muestreo aleatorio no probabilístico y correlacional. Se entregaron los cuestionarios mediante correo electrónico los cuales todos aceptaron realizar las pruebas de impulsividad y ansiedad cumpliendo con los requisitos.

Dentro de las características sociodemográficas se contaban con criterios de sexo: Hombre o Mujer con edades entre 18 años a 24 años o más que forman parte una

universidad privada en la ciudad de Quito que estén legalmente matriculados y activos en cualquiera de los semestres de cualquier carrera.

Tipo de muestra:

Para la recolección de información, la muestra será no probabilística, ya que se elegirá a los participantes al azar dentro de la universidad privada. También será correlacional para las variables de impulsividad y ansiedad.

Criterios de la muestra.

Inclusión:

- Sean estudiantes de una universidad privada en la ciudad de Quito
- Que sean estudiantes activos y legalmente matriculados de la universidad
- Que sean mayores de 18 años en adelante.

Exclusión:

- Estudiantes menores de 18 años, ya que no cuentan con la edad mínima de consentimiento.
- Estudiantes que no sean de una universidad privada en la ciudad de Quito.

X. INTERPRETACIÓN

Las personas al momento de comenzar su trayectoria académica se convierten en estudiantes, por lo que están bajo procesos de evaluación constante que muchas veces pueden generar preocupación, nerviosismo, emociones que desencadenan malestar al momento de realizar algún tipo de actividad que requiere una presión constante. Estos malestares pueden que, al momento de rendir de manera adecuada, se dificulte su concentración y su eficiencia en el ambiente académico.

En lo que respecta a la Ansiedad como estado y como rasgo (Tabla 11), podemos observar que aproximadamente el 35,6% de los participantes se sitúa en el nivel considerado "Alto", siendo notable el predominio de mujeres con un puntaje porcentual del 25,7%, lo que representa más de la cuarta parte de la población estudiada. Este hallazgo sugiere la existencia de un elevado grado de ansiedad dentro de este grupo de la población. Lo que en el marco de ambas dimensiones de ansiedad se podrá corroborar dentro de la teoría de los autores McLean, Asnaani, Litz y Hofmann (2011), Hysenbegasi, Hass y Rowland (2005) y Arenas y Puigcerver (2009) acerca de la prevaencia de mayor ansiedad en la población femenina. Adicionalmente, es importante destacar que existe una correlación significativa entre estas tres variables, la cual es mayor al 0,6. Este valor positivo y medio-alto de correlación indica una relación coherente y relevante entre la Ansiedad como estado y como rasgo, lo que subraya la coexistencia y el vínculo entre ambas manifestaciones. Este resultado refuerza aún más la importancia de considerar la ansiedad como un constructo complejo que involucra aspectos temporales y características personales.

En base a los datos obtenidos de ansiedad como estado (AE) predominaba dentro de las dimensiones de ansiedad, siendo esta del al menos el 58.4% dentro de los estudiantes, tomando en cuenta a lo que se refiere en la ansiedad estado como una respuesta emocional transitoria, que puede manifestarse en cualquier persona en algún momento de su vida. En esta categoría de ansiedad estado, las mujeres son las más representativas, al menos el 35. 6% se encuentran en el nivel alto de ansiedad estado, a diferencia de los hombres que en este nivel equivalen al 22.8%. En cuanto a la edad los estudiantes entre 18 y 20 años eran aquellos que predominaban dentro de la ansiedad como estado nivel alto con el 34.7%.

Mientras que en la ansiedad como rasgo siendo esta entendida como una prevalencia de manifestaciones ansiógenas de manera constante, se encuentra una prevalencia de nivel medio de ansiedad con al menos el 52.5%, siendo hombres y mujeres en igual cantidad los que se encontraban en esta categoría; mientras que en el nivel alto en este tipo de ansiedad el 25.7% de mujeres se encontraban en la categoría de nivel alto de ansiedad rasgo, mientras que los hombres solo contaban con el 9.9% dentro de la ansiedad como rasgo peculiar, por lo que dentro del nivel alto de ansiedad rasgo se contaba con una prevalencia de las mujeres. Con respecto a las edades que prevalecían dentro de esta categoría, se pudo ver que las personas de entre 21 a 23 años representaban mayor cantidad en cuanto al nivel medio de ansiedad lo que significaban el 23.8% y el nivel más bajo se encuentran los rangos de edad de 18 a 20 años con el 11.9%.

Dentro de lo que se refiere al ámbito académico dentro de la ansiedad como estado, se puede ver mediante los indicadores que existe una prevalencia total del 58.4%, en términos propuestos por Berrio y Mazo (2011) de nerviosismo, preocupación, tensión que pueden sufrir los estudiantes por factores amenazantes dentro del ámbito académico. La teoría propuesta sostiene que la ansiedad puede tener un impacto negativo en la estabilidad emocional de los estudiantes, lo que puede resultar en dificultades para concentrarse y reducir la eficiencia en el aprendizaje. La ansiedad también puede dificultar el procesamiento y retención de información, lo que afecta la capacidad de aprender nuevos conceptos y habilidades. Uno de los factores mencionados en las interpretaciones de las dimensiones de Ansiedad Estado como preocupaciones, nerviosismo y tensión junto con la teoría que puede contribuir a la ansiedad académica es el ingreso a la universidad, especialmente para estudiantes más jóvenes o aquellos que están comenzando su etapa escolar, también los procesos de

evaluación (Ayora, 1993; Bausela, 2005) ya que para realizar estos cuestionarios se tomó en cuenta la proximidad de la época de exámenes y trabajos finales ya que suponía exigencias que podían manifestarse en varias formas como lo son el temor al fracaso, preparación inadecuada, autoexigencia excesiva, entre otros factores que pueden repercutir en las respuestas ansiosas de los estudiantes (Bauseda 1995; Bausela 2005). Este período puede generar alteraciones en las actividades y responsabilidades de los estudiantes, lo que lleva a reacciones adaptativas que generan ansiedad y disminución del rendimiento académico.

Impulsividad Cognitiva: El hecho de que el 46.6% de la muestra presente impulsividad cognitiva significativa indica que una parte notable de los estudiantes universitarios tiene dificultades para planificar, evaluar las consecuencias de sus acciones y regular sus emociones en situaciones que requieren un procesamiento cognitivo preciso. Esto podría afectar negativamente su capacidad para tomar decisiones informadas, para organizar adecuadamente su tiempo de estudio y para abordar tareas académicas de manera reflexiva. La teoría propuesta de Ato (1981) sugiere que el procesamiento de la información y la toma de decisiones son procesos fundamentales para el comportamiento humano, y la impulsividad cognitiva podría influir en la forma en que los estudiantes se enfrentan a las demandas académicas.

Impulsividad Motora: El hecho de que el 76.2% de la muestra no presente impulsividad motora significativa indica que la mayoría de los estudiantes universitarios pueden controlar sus impulsos en el ámbito motor. Sin embargo, el 23.8% restante muestra impulsividad motora significativa, lo que podría significar que tienen dificultades para regular sus respuestas impulsivas en situaciones que requieren una mayor precisión y control de sus acciones. Es interesante destacar que esta impulsividad

motora significativa se encuentra predominantemente en el rango de edad de 18 a 20 años y que las mujeres también son representativas en esta categoría. La teoría de Izquierdo (2007) sugiere que esta etapa de la vida es crucial para el desarrollo de la toma de decisiones y el autocontrol debido a la maduración de capacidades cognitivas y sociales. La interacción de factores emocionales, sociales y cognitivos puede influir en la impulsividad motora en este grupo de edad, lo que podría tener implicaciones en la forma en que los estudiantes abordan las situaciones académicas y sociales.

Impulsividad No Planeada: El hecho de que el 84.2% de la muestra no presente impulsividad no planeada significativa sugiere que la mayoría de los estudiantes universitarios pueden tomar decisiones más racionales y deliberadas en lugar de actuar impulsivamente. Sin embargo, el 15.8% restante muestra impulsividad no planeada significativa, que se observa predominantemente en el rango de edad de 24 años y más, y donde los hombres son más representativos en esta categoría. La teoría de la Toma de Decisiones de Dual Process plantea que las personas toman decisiones a través de dos procesos cognitivos: uno intuitivo y otro racional. La predominancia de impulsividad no planeada significativa en el grupo de 24 años y más podría estar relacionada con un mayor influjo del sistema impulsivo en la toma de decisiones, mientras que, en el grupo de 18 a 20 años, el sistema deliberativo podría estar más activo y regulando de manera más efectiva las respuestas impulsivas (Chahin, 2016).

En relación con la exploración de la impulsividad cognitiva, motora y no planeada dentro del rasgo no significativo, podemos observar que el 40.6% de los casos corresponden a hombres, mientras que el 35.6% pertenecen a mujeres, lo que en conjunto constituye un total del 76.2% de la muestra identificada con impulsividad no significativa. Por otro lado, el 23.8% de los casos presentaron impulsividad significativa

según los resultados obtenidos, donde el 12.9% está representado por mujeres y el 10.9% por hombres. Por lo que se refiere acerca de los estudios de Whiteside y Lynam (2001) acerca de cómo los hombres mostraban más impulsividad en comparación a las mujeres puede verse refutada en este estudio. La interpretación de los resultados sugiere una relación entre la impulsividad en diferentes dimensiones y su impacto en el ámbito académico, especialmente en estudiantes universitarios, con un enfoque particular en aquellos que se encuentran en el rango de edad de 18 a 20 años. En el ámbito académico, la impulsividad puede tener diversas consecuencias negativas. Los estudiantes impulsivos enfrentan dificultades para organizar su tiempo de estudio, mantener la atención y establecer metas a largo plazo. Además, pueden buscar gratificaciones inmediatas en lugar de trabajar hacia objetivos académicos a largo plazo, lo que puede afectar su rendimiento académico y su capacidad de completar tareas y actividades. Los comportamientos impulsivos también pueden afectar su capacidad social y psicosocial, y potencialmente conducir a situaciones de riesgo como el consumo de sustancias, relaciones sexuales de riesgo o involucrarse en conductas delictivas (Jáuregui y Santiago, 2017; Cubero, 2006; Barkley, 2012; Hassanbeigi et al., 2012; Steel, 2007)

En cuanto a la interpretación de las correlaciones se puede ver que existe una correlación negativa moderada en cuanto a la impulsividad con la edad de los estudiantes (-0.160), lo que sugiere que a medida que los estudiantes son más jóvenes tienden a ser un poco más impulsivos en el aspecto cognitivo, sin embargo, esta correlación no es significativa ($p=0.110$). La impulsividad Motora tiene una correlación negativa moderada con la edad (-0.154), también indicando que los participantes más jóvenes tienden a ser ligeramente más impulsivos en el aspecto motor. Al igual que la impulsividad cognitiva, esta correlación no es significativa ($p = 0.125$). Impulsividad no

Planeada tiene una correlación negativa moderada con la edad (-0.326), sugiriendo que los participantes más jóvenes tienden a ser más impulsivos en la toma de decisiones sin planificación. Esta correlación es significativa al 99% de nivel de confianza ($p = 0.001$).

Impulsividad y Ansiedad: Las correlaciones entre la impulsividad cognitiva (0.127), impulsividad motora (0.319) e impulsividad no planeada (0.085) con la ansiedad como estado son positivas, pero débiles y no significativas. No se encontraron correlaciones significativas entre la impulsividad y la ansiedad como rasgo peculiar.

Ansiedad y Edad: La ansiedad como estado tiene una correlación negativa moderada con la edad (-0.241), lo que sugiere que los participantes más jóvenes tienden a experimentar un poco más de ansiedad en situaciones específicas. Esta correlación es significativa al 95% de nivel de confianza ($p = 0.015$). La ansiedad como rasgo peculiar tiene una correlación negativa débil con la edad (-0.079), pero esta correlación no es significativa ($p = 0.430$).

Relación entre las variables de Ansiedad: La ansiedad como estado y la ansiedad como rasgo peculiar tienen una correlación positiva fuerte (0.672), lo que indica una relación sólida entre la ansiedad momentánea y la ansiedad persistente o de rasgo peculiar. Esta correlación es altamente significativa al 99% de nivel de confianza ($p = 0.001$).

En resumen, los resultados muestran que la impulsividad no planeada se asocia significativamente con la edad, y los estudiantes más jóvenes tienden a ser más impulsivos en la toma de decisiones sin planificación. Además, existe una correlación significativa entre la ansiedad como estado y la edad, lo que sugiere que los estudiantes más jóvenes tienden a experimentar un poco más de ansiedad en situaciones específicas.

Asimismo, se observa una correlación sólida entre la ansiedad como estado y la ansiedad como rasgo peculiar, lo que indica que aquellos con ansiedad momentánea también tienden a tener niveles persistentes de ansiedad en su personalidad.

XI. PRINCIPALES LOGROS DEL APRENDIZAJE

A la realización de este trabajo se pudo identificar varios logros importantes dentro del aprendizaje.

Primeramente, la investigación permitió conocer de manera más profunda acerca de la naturaleza de la impulsividad y la ansiedad, cuáles son sus causas, manifestaciones, prevalencias y posibles repercusiones en la población estudiantil universitaria y las condiciones psicológicas en el bienestar de los estudiantes. Siendo esto una acción positiva en cuanto a la información al momento de realizar el trabajo de investigación desde un enfoque clínico. La recolección de estos datos es importante para poder entender la situación de los estudiantes y como existen trastornos que prevalecen y deben ser considerados dentro de situaciones académicas estresantes para los estudiantes.

Por lo que la realización de esta tesis proporciono una guía adecuada para poder aprender y aplicar diferentes métodos de investigación, desde la recopilación de datos, la determinación correcta al momento de utilizar algún tipo de cuestionario desde el enfoque en el cual quiero guiar mi investigación. Adquiriendo habilidades de planificación y ejecución de un estudio riguroso.

También, durante el proceso de recolección y análisis de datos, se obtuvo experiencia en la interpretación de los resultados y la identificación de patrones o tendencias en la muestra estudiada. Se aprendió a utilizar herramientas estadísticas para poder realizar las inferencias acerca de la población objetiva.

Dentro de mi desarrollo como futura profesional en el área de psicología me proporciono una base sólida de conocimientos y competencias en la comprensión de temas como lo son la ansiedad y la impulsividad, siendo relevantes para poder comprender y abordar dificultades psicológicas en diferentes contextos, deseando que los hallazgos dentro de esta investigación puedan contribuir al diseño de estrategias de intervención, prevención y detección temprana en poblaciones similares.

XII. CONCLUSIONES

El estudio demuestra que tanto la ansiedad como estado como rasgo son experiencias comunes entre los estudiantes, y estas pueden tener un impacto significativo en su bienestar emocional y académico. La ansiedad como estado puede influir en cambios importantes en el entorno escolar, lo que a su vez repercute en su desempeño en exámenes y evaluaciones, especialmente cuando enfrentan situaciones de alta presión. Este tipo de ansiedad puede variar en los estudiantes en intensidad y duración según las circunstancias de la situación estresante, también se pudo ver que las mujeres tienden a ser más afectadas por esta emoción en comparación con los hombres. Es importante destacar que la ansiedad como estado se presenta como una respuesta emocional transitoria que puede manifestarse en cualquier persona en algún momento de su vida, mientras que la ansiedad como rasgo denota una prevalencia de manifestaciones ansiógenas de manera constante y está arraigada a la personalidad del estudiante y puede influir en su forma de enfrentar y lidiar con los desafíos tanto emocionales como académicos. El hallazgo de que aproximadamente el 35.6% de los estudiantes se encuentran en el nivel "Alto" de ansiedad es una señal alarmante de que existe un alto grado de ansiedad dentro de este grupo de la población estudiada. Estos resultados se alinean con investigaciones previas que también han identificado una mayor prevalencia de ansiedad en la población femenina. La correlación significativa

entre la ansiedad como estado y como rasgo refuerza aún más la complejidad de esta emoción y su interacción temporal y personal. Esto sugiere que las personas que experimentan ansiedad en un momento dado pueden ser más propensas a tener manifestaciones ansiógenas constantes.

Dentro del contexto académico, la ansiedad como estado muestra una prevalencia significativa en términos de nerviosismo, preocupación y tensión, lo que indica que los factores amenazantes dentro del ámbito académico pueden ser una fuente importante de estrés y ansiedad para los estudiantes. Es importante considerar que la ansiedad puede tener efectos negativos en la concentración y eficiencia de los estudiantes, lo que puede dificultar su rendimiento académico. Por lo tanto, es esencial que las instituciones educativas estén atentas a este tema y proporcionen recursos y apoyo adecuados para ayudar a los estudiantes a manejar y superar la ansiedad relacionada con sus estudios.

Con respecto a la impulsividad cognitiva, se ha evidenciado que la categoría no significativa representa una proporción importante de la muestra (53.4%), lo que sugiere una mayor dificultad para planificar y evaluar las consecuencias de las acciones en situaciones que requieren un procesamiento cognitivo preciso. Es interesante notar que las mujeres se presentan como el grupo predominante en esta categoría, lo que podría relacionarse con diferencias en la toma de decisiones entre géneros.

En el caso de la impulsividad motora, la categoría no significativa también muestra una prevalencia considerable (76.2%), con una vez más, una mayor representación de mujeres. Esto puede estar relacionado con la influencia de factores emocionales y sociales en la regulación del comportamiento impulsivo.

Por otro lado, la impulsividad no planeada dentro de la muestra presenta una abrumadora mayoría de casos no significativos (84.2%), y al examinar más detenidamente, nuevamente se destaca una preponderancia de mujeres en esta categoría. Estos resultados ponen de relieve la importancia de considerar la impulsividad desde diferentes perspectivas, ya que puede manifestarse de manera variada y tener diferentes implicaciones en el comportamiento.

En general, estos hallazgos sugieren que la impulsividad y la ansiedad son constructos complejos que interactúan de manera relevante en el contexto académico. La impulsividad cognitiva (46.6%) muestra dificultades para planificar y evaluar las acciones, lo que podría verse afectado por la ansiedad como estado en situaciones de estrés. La impulsividad motora (23.8%) refleja problemas para controlar impulsos, lo que podría estar influenciada por la ansiedad emocional durante momentos académicos desafiantes. La impulsividad no planeada (15.8%) implica tomar decisiones sin considerar consecuencias a largo plazo, acentuada por la ansiedad enfocada en el presente. La ansiedad como estado podría estar relacionada con ciertos perfiles de impulsividad en los estudiantes, lo que afectaría la forma en que abordan las tareas académicas y enfrentan situaciones estresantes. Además, se han identificado patrones de género y edad que pueden ser relevantes para comprender y abordar estas dimensiones emocionales en la población estudiantil.

En conclusión, el análisis de correlaciones realizado revela importantes asociaciones entre las variables estudiadas. En cuanto a la impulsividad, se observa una correlación negativa moderada con la edad en sus distintos aspectos cognitivo, motor y no planeado. Esto sugiere que los estudiantes más jóvenes tienden a ser algo más

impulsivos en su comportamiento y toma de decisiones. Sin embargo, es relevante destacar que estas correlaciones no alcanzan niveles de significancia estadística.

En el caso de la ansiedad, se encontró una correlación negativa moderada entre la ansiedad como estado y la edad, indicando que los participantes más jóvenes experimentan un poco más de ansiedad en situaciones específicas. Además, se observó una correlación positiva fuerte y altamente significativa entre la ansiedad como estado y la ansiedad como rasgo peculiar, lo que señala una relación sólida entre la ansiedad momentánea y los niveles persistentes de ansiedad en la personalidad de los individuos.

En resumen, los resultados sugieren que la impulsividad no planeada y la ansiedad como estado son variables que presentan asociaciones significativas con la edad, siendo más pronunciadas en estudiantes más jóvenes. Además, la conexión sólida entre la ansiedad momentánea y la ansiedad como rasgo peculiar resalta la importancia de considerar tanto los aspectos situacionales como los persistentes en el estudio de la ansiedad.

Estos hallazgos pueden tener implicaciones importantes en el ámbito académico y clínico, ya que proporcionan una comprensión más profunda de cómo la impulsividad y la ansiedad se relacionan con la edad y entre sí.

XIII. RECOMENDACIONES

- Se recomienda ampliar el estudio para poder comprenderlo de mejor manera, también tomando en cuenta otras variables en las que pueden influir las dimensiones de ansiedad en impulsividad en el ámbito académico.
- Fomentar estrategias de afrontamiento saludables, proporcionando técnicas efectivas para poder manejar la ansiedad y el control de impulsos, esto puede

incluir desarrollo de habilidades de autorregulación emocional, técnicas de relajación, prácticas de atención plena y promoción de estilos de vida saludables.

- La implementación de apoyo psicológico más exhaustivo por parte de la institución, asesoramiento más rápido en cuanto a terapias individuales, por lo que es importante contar con la colaboración de los docentes y profesionales de la salud mental.

XIV. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- American Psychiatric Association. (2014). Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5), 5ª Ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Andreo, A., Hilario, P. S., y Rivadeneira, F. J. O. (2020). Ansiedad y estrategias de afrontamiento. *European Journal of Health Research:(EJHR)*, 6(2), 213-225.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7745147.pdf>
- Arenas, M. C., y Puigcerver, A. (2009). Diferencias entre hombres y mujeres en los trastornos de ansiedad: una aproximación psicobiológica. *Escritos de Psicología (internet)*, 3(1), 20-29. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s1989-38092009000300003
- Arnett, G. (1994). Sensation seeking; a new conceptualization and new scale. *Personality Individual Differences*, 16(2), 289-296. DOI: 10.1016/0191-8869(94)90165-1
- Atkinson, J. W. (1964). An introduction to motivation. Princeton: Van Nostrand. (p. 43)
- Atkinson, R. C. y Shiffrin, R. M. (1968). Human memory: A proposed system and its control processes. En K. W. Spence & J. T. Spence (Eds.) *The psychology of learning and motivation* (Vol. 2 pp. 89-195) New York: Academic Press.
[https://doi.org/10.1016/S0079-7421\(08\)60422-3](https://doi.org/10.1016/S0079-7421(08)60422-3)
- Ato García, M. (1981). Modelos de procesamiento de información en psicología. *Anales de la Universidad de Murcia. Filosofía y Ciencias de la Educación*, 39, 1-4 (1980-81).
<https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/23710/1/N%C2%BA%206%20Modelos%20de%20procesamiento%20de%20informaci%C3%B3n%20en%20psicolog%C3%A1Da.pdf>
- Ayora, A., (1993). Ansiedad en situaciones de evaluación o examen, en estudiantes secundarios de la ciudad de Loja (Ecuador). *Revista Latinoamericana de Psicología*, 25(3), 425-431.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80525305>

- Bakan, P. (1959). Extraversion-introversion and improvement in an auditory vigilance task. *British Journal of Psychology*, 50, 325-332. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1959.tb00711.x>
- Barkley, R. A. (2012). *Executive functions: What they are, how they work, and why they evolved*. The Guilford Press.
- Barratt, E. (1993). Impulsivity: Integrating cognitive, behavioral, biological, and environmental data. *The Impulsive Client: Theory, Research, and Treatment.*, 39–56.
doi:10.1037/10500-003
- Barratt, E., Patton, J. H., y Zuckerman, M. (1983). Biological bases of sensation seeking, impulsivity and anxiety.
- Bausela Herreras, E., (2005). Ansiedad ante los exámenes: evaluación e intervención psicopedagógica. *Educere*, 9(31), 553-558.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35603117>
- Beck, J. S. (2011). *Cognitive Behaviour Therapy: Basics and Beyond*. 2da ed. New York: Guilford Press.
- Behar, R. (2018). La mujer moderna y el comprar compulsivo. *Revista chilena de neuropsiquiatría*, 56(1), 46-56. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-92272018000100046&script=sci_arttext
- Bentacourt, D., y Garcia. S. (2015). La impulsividad y la búsqueda de sensaciones como predictores de la conducta antisocial en adolescentes. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 20(3), 309-315. <https://www.redalyc.org/journal/292/29242800008/html/>
- Berrío, N., y Mazo, R. (2011). Estrés académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 55-82. <https://doi.org/10.17533/udea.rp.11369>
- Betina, B, y Contini, N. C. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en humanidades*, 12(23), 159-182. <https://www.redalyc.org/pdf/184/18424417009.pdf>
- Bolínches, F., De Vicente, P., Gómez, M. C., Pérez-Gálvez, B., Haro, G., Martínez-Raga, J., y Cervera, G. (2002). Personalidades impulsivas y trastornos por uso de sustancias: algo más que un diagnóstico dual. *Trastornos adictivos*, 4(4), 216-222.
<https://www.researchgate.net/profile/Jose-Martinez-Raga/publication>

- Caña, M., Michelini, Y., Acuña, I., y Godoy, J. (2015). Efectos de la impulsividad y el consumo de alcohol sobre la toma de decisiones en los adolescentes. *Salud y drogas*, 15(1), 55-65. <https://www.redalyc.org/pdf/839/83938758006.pdf>
- Carbajal, Y. (2021). Efectos en el nivel de impulsividad-reflexividad a partir de un Programa de Intervención Educativa. *INNOVA Research Journal*, 6(2), 117-132. <http://201.159.222.115/index.php/innova/article/download/1574/1867>
- Castaño, G., Arango, E., Morales, S., Rodríguez, A., y Montoya, C. (2013). Riesgos y consecuencias de las prácticas sexuales en adolescentes bajo los efectos de alcohol y otras drogas. *Revista Cubana de Pediatría*, 85(1), 36-50. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0034-75312013000100005&script=sci_arttext&tlng=pt
- Chahin, T. (2016). El impacto de los trabajos de Daniel Kahneman en la Administración. *Ciencias Administrativas*, 4. <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/53186>
- Clark, D., y Beck, A. (2012). *Terapia Cognitiva para Trastornos de Ansiedad*. Editorial desclée de brouwer, Bilbao.
- Coronado, J. (2007). Escalas de medición. *Paradigmas*, 2(2), 104-125. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4942056>
- Cubero, M., (2006). Los trastornos de la atención con o sin hiperactividad: una mirada teórica desde lo pedagógico. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 6(1), 0. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44760113>
- De La Cruz, N. (2018). Trastorno Obsesivo- Compulsivo. *Revista Médica Sinergia*, 3(11), 14-18. <https://revistamedicasinergia.com/index.php/rms/article/view/154>
- Del Toro Añel, Y., González Castellanos, Á., Arce Gómez, L., Reinoso Ortega, M., y Reina Castellanos, L. M. (2014). Mecanismos fisiológicos implicados en la ansiedad previa a exámenes. *Medisan*, 18(10), 1419-1429. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1029-30192014001000012&script=sci_arttext&tlng=en
- Etkin, A., y Wager, T. D. (2007). Functional neuroimaging of anxiety: a meta-analysis of emotional processing in PTSD, social anxiety disorder, and specific phobia. *American*

Journal of Psychiatry, 164(10), 1476-1488.
<https://ajp.psychiatryonline.org/doi/full/10.1176/appi.ajp.2007.07030504>

Eysenck, H. J. (1957). *The dynamics of anxiety and hysteria*. New York: Praeger.

Eysenck, H. J. (1967). *The biological basis of personality*. Springfield: Thomas.

Eysenck, H. J., y Claridge, G. (1962). The position of hysterics and dysthymics in a two-dimensional framework of personality description. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 64(1), 46–55. <https://doi.org/10.1037/h0047528>

Flores, V., Ponce, Á., Velastegui, D. y Vásquez de la Bandeara, F. (2022). Impulsividad en base a estudio de género Estudio en población universitaria. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(2), 2938-2958.
<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/download/2065/2984>

Gaibor, I., y Moreta, R. (2020). Optimismo disposicional, ansiedad, depresión y estrés en una muestra del Ecuador. Análisis inter-género y de predicción. *Actualidades en Psicología*, 34(129), 17-31. https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-35352020000200017

Garay, C., Donati, S., Ortega, I., Freiría, S., Rosales, G., y Koutsovitis, F. (2019). Modelos cognitivo-conductuales del Trastorno de Ansiedad Generalizada. *Revista Psicológica*, 15(29), 7-21. <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9564/1/modelos-cognitivo-conductuales-ansiedad.pdf>

Gelabert, M., Bermúdez, C., Lago, E., Vilavedra, A., Marín, N. y Ibarra, O. (2009). Perfiles en hostilidad e impulsividad de una muestra de pacientes con trastorno límite de la personalidad en terapia dialectico-conductual. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 29(2), 523-532.
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352009000200016

Gómez, A. (2012). Trastornos de ansiedad. Agorafobia y crisis de pánico. *Farmacia profesional*, 26(6), 33-39. <https://www.elsevier.es/es-revista-farmacia-profesional-3-articulo-trastornos-ansiedad-agorafobia-crisis-panico-X0213932412678054>

Guillín, G., y Flores, V. (2022). La impulsividad y su relación con la ansiedad en personal de salud. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(3), 638-654.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i3.2250

- Hassanbeigi, A., Askari, J., Hassanbeigi, D., & Pourmovahed, Z. (2013). The Relationship between Stress and Addiction. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84, 1333–1340. doi: 10.1016/j.sbspro.2013.06.752
- Hernández, J. Á., Parra, J. M. A., Campoy, J. M. F., García, D. S., & Pérez-Gallardo, E. R. (2013). El estrés ante los exámenes en los estudiantes universitarios. propuesta de intervención. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 179-187. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832333005>
- Hysenbegasi, A., Hass, S., y Rowland, C. (2005). The Impact of Depression on the Academic Productivity of University Students. *The Journal of Mental Health Policy and Economic*, 8, 145-151. https://www.academia.edu/download/73838324/8-145_text.pdf
- Izquierdo Martínez, A. (2005). Psicología del desarrollo de la edad adulta: teorías y contextos. *Revista Complutense de educación*, 1(2), 67-86. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832315005>
- Jadue, G. (2001). Algunos efectos de la ansiedad en el rendimiento escolar. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, (27), 111-118. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=s0718-07052001000100008&script=sci_arttext
- Jáuregui, I., y Santiago, M. (2017). Impulsividad y conducta alimentaria en varones. *Nutrición Hospitalaria*, 34(1), 165-170. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309249952024>
- Jentsch, J, Taylor, J. (1999). Impulsivity resulting from frontostriatal dysfunction in drug abuse: implications for the control of behavior by reward-related stimuli. *Psychopharmacology (Berl)*, 146(4), 373-90. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10550488/>
- Lang, P. J. (1968). Fear reduction and fear behavior: Problems in treating a construct. En J. U. H. Shilen (Ed.), *Research in psychotherapy*, (Vol. 3, pp. 90-102). Washington: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10546-004>
- Martínez, M., Cándido, J., Cano, A., y García, J. (2012). Estado actual de la investigación sobre la teoría tridimensional de la ansiedad de Lang. *Ansiedad y estrés*, 18(2-3), 201-219.
- Mautong, H., Gallardo, J., Alvarado, G., Fernandez., J., Andrade, D., Orellana, C. y Cherre, I. (2021). Assessment of depression, anxiety and stress levels in the Ecuadorian general

population during social isolation due to the COVID-19 outbreak: a cross-sectional study. *JAMA*, 321, 212. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8080088/>

McLean, C. P., Asnaani, A., Litz, B. T., & Hofmann, S. G. (2011). *Gender differences in anxiety disorders: Prevalence, course of illness, comorbidity and burden of illness. Journal of Psychiatric Research*, 45(8), 1027–1035. doi: 10.1016/j.jpsychires.2011.03.00

Medina, A., Moreno, M., Lillo, R., & Guija, J. (2017). Los trastornos del control de los impulsos y la psicopatías: *Psiquiatría y Ley. Córdoba-Argentina: Fundación Española de Psiquiatría y Salud Mental*. https://www.academia.edu/download/60161198/Los_trastornos_del_control_de_los_impulsos_y_las_psicopatias20190730-16780-1rr6lzp.pdf

Moeller, G., Barratt, S., Dougherty, M., Schmitz, M., y Swann, C. (2001). Psychiatric aspects of impulsivity. *American journal of psychiatry*, 158(11), 1783-1793. <https://ajp.psychiatryonline.org/doi/full/10.1176/appi.ajp.158.11.1783>

Monje, C. (2011). Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa: guía didáctica. Neiva: Universidad Sur Colombiana. <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>

Morales, M. (2018). Programa para la promoción de relaciones saludables en adolescentes: competencias sociales, valores y funcionamiento familiar *Revista Iberoamericana de Producción Académica y Gestión Educativa*, 5(9). <http://www.pag.org.mx/index.php/PAG/article/view/729>

Moreta, R., Sánchez, H., Naranjo, S., & Zambrano, J. (2021). Salud mental en universitarios del Ecuador: síntomas relevantes, diferencias por género y prevalencia de casos. *Pensamiento psicológico*, 19(1). <https://www.redalyc.org/journal/801/80165629004/80165629004.pdf>

Naranjo Pereira, L. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 171–190. <https://doi.org/10.15517/revedu.v33i2.511>

Naranjo Pereira, M. (2009). Motivación: perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. *Educación*, 33(2), 153-170. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058010.pdf>

- Navas, W., y Vargas, M. (2012). Trastornos de ansiedad: revisión dirigida para atención primaria. *Revista médica de costa rica y Centroamérica*, 69(604), 497-507. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revmedcoscen/rmc-2012/rmc125k.pdf>
- OMS. (2008). Informe sobre el sistema de salud mental en el Ecuador utilizando el Instrumento de Evaluación para Sistemas de Salud Mental de la OMS (IESM-OMS). Ecuador.
- OMS. (2014). Organización Mundial de la Salud. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- OMS. (28 de septiembre de 2020). Organización Mundial de la Salud. Obtenido de Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- OPS, OMS. (2018). The Burden of Mental Disorders in the Region of the Americas. <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>
- Otero, V. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de Una muestra de alumnos de la facultad de educación. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 29(2), 63-78. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/autor?codigo=289046>
- Pérez, C., Maldonado, P. y Aguilar, C. (2013). Clima educativo y su relación con la salud mental de alumnos universitarios chilenos. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 22(3), 257-268. <https://www.redalyc.org/pdf/2819/281935590006.pdf>
- Pilatti, A., Michelini, Y., y Pautassi, R. (2020). Juegos de apuestas en estudiantes universitarios: diferencias en impulsividad, distorsiones cognitivas y severidad en función del tipo de apuestas. *Rev. CES Psico*, 13(2), 46-60. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8051029>
- Quevedo, Y., Alulima, V., y Tapia, S. (2023). La ansiedad en el proceso educativo de los estudiantes: un desafío para el rendimiento y el bienestar. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(3), 2922-2935. <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/download/6386/9732>
- Reyes, A. (2010). Trastornos de ansiedad: Guía práctica para diagnóstico y tratamiento. *Biblioteca virtual en salud*. <http://sncpharma.com/wp-content/uploads/2018/01/Trastorno-ansiedad.pdf>

- Rodríguez, T. García, C., y Pérez, R. (2005). Técnicas de relajación y autocontrol emocional. *MediSur*, 3(3), 55-70. <https://www.redalyc.org/pdf/1800/180019787003.pdf>
- Román, M. (2013). Factores asociados al abandono y la deserción escolar en América Latina: una mirada en conjunto. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 11(2), 33-59. <https://www.redalyc.org/pdf/551/55127024002.pdf>
- Rusca, F., y Cortez, C. (2020). Trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) en niños y adolescentes. Una revisión clínica. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 83(3), 148-156. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0034-85972020000300148&script=sci_arttext
- Salvo, L. y Castro, A. (2013). Confiabilidad y validez de la escala de impulsividad de Barratt (BIS-11) en adolescentes. *Revista chilena de neuropsiquiatría*, 51 (4), 245-254. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272013000400003>
- Sierra, J., Ortega, V., y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar E Subjetividade*, 3(1), 10-59. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27130102>
- Spielberger, C. D., Gorsuch, L., y Lushene, E. (1997). Manual del Cuestionario de Ansiedad Estado/Rasgo (STAI) (4 ed.). Madrid, España: TEA Ediciones.
- Stanford, M. S., Mathias, C. W., Dougherty, D. M., Lake, S. L., Anderson, N. E., & Patton, J. H. (2009). Fifty years of the Barratt Impulsiveness Scale: An update and review. *Personality and Individual Differences*, 47, 385-395. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.04.008>
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94. https://www.researchgate.net/publication/6598646_The_nature_of_procrastination_a_meta-analytic_and_theoretical_review_of_quintessential_self-regulatory_failure_Psychol_Bull_133_65-94
- Steinberg, L. (2008). *A social neuroscience perspective on adolescent risk-taking*. *Developmental Review*, 28(1), 78–106. doi:10.1016/j.dr.2007.08.002

Whiteside, P., y Lynam, R. (2001). The Five Factor Model and impulsivity: Using a structural model of personality to understand impulsivity. *Personality and Individual Differences*, 30(4), 669–689. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00064-7](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00064-7)

XV. ANEXOS

Anexo 1. Consentimiento informado.

Acepto libre y voluntariamente a participar en la investigación conducida por María Daniela Flores Jaramillo, estudiante del último ciclo de la carrera de Psicología de la Universidad Politécnica Salesiana acerca de la influencia de la impulsividad y ansiedad académica en jóvenes universitarios de una universidad privada en la ciudad de Quito en el año 2023. Declaro que he sido informado/a de los objetivos del tema investigativo, cabe mencionar que la información será totalmente confidencial y que los datos recolectados se usaran con fines académicos e investigativos y no se hará un mal uso de la misma sin ningún otro propósito.

El objetivo de esta encuesta es evaluar la prevalencia y el grado de la impulsividad en la población universitaria y como esta tiene relación en su entorno académico, también medir los niveles de ansiedad que experimentan los estudiantes. Esto incluye la medición de síntomas tanto fisiológicos como psíquicos y comprender su gravedad por lo que se usara el Inventario de Ansiedad Estado - Rasgo. Mediante la exploración por parte de estos cuestionarios se pretende investigar la relación entre la impulsividad y la ansiedad y como estos interaccionan dentro del contexto académico.

Procedimientos y duración: La encuesta consistirá en una serie de preguntas diseñadas para evaluar tu nivel de impulsividad y ansiedad. Las preguntas se basarán en el cuestionario de impulsividad de Barratt (BIS-11) y el Inventario de Ansiedad Estado - Rasgo. Estimamos que el tiempo necesario para completar la encuesta será de aproximadamente entre 30 a 35 minutos.

Riesgos:

Malestar emocional: Al responder preguntas sobre impulsividad y ansiedad, es posible que los participantes experimenten malestar emocional, ya que pueden recordar situaciones estresantes o desencadenantes. Sin embargo, se proporcionarán recursos de apoyo y se recomendará buscar ayuda profesional en caso de necesitarlo.

Sesgo de respuesta: Existe la posibilidad de que los participantes proporcionen respuestas sesgadas o socialmente deseables, lo que podría afectar la validez de los

resultados. Sin embargo, se les animará a responder de manera honesta y se garantizará la confidencialidad para fomentar una mayor sinceridad mediante la recopilación de respuestas totalmente anónimas, por lo que es libre de participar con mayor sinceridad.

Beneficios:

Contribución a la investigación: La participación en esta encuesta permitirá contribuir al conocimiento científico sobre la influencia de la impulsividad y la ansiedad académica en el rendimiento de los estudiantes. Los datos recopilados pueden ayudar a desarrollar intervenciones y estrategias de apoyo más efectivas para los estudiantes.

Autoconciencia: Al participar en la encuesta, los participantes pueden obtener una mayor conciencia de su nivel de impulsividad y ansiedad académica. Esto puede permitirles comprender mejor sus propias fortalezas y áreas de mejora, lo que potencialmente puede llevar a una mejor gestión de estas características y al desarrollo de estrategias de afrontamiento eficaces.

Identificación temprana y apoyo: Al identificar niveles elevados de impulsividad y ansiedad académica, se puede proporcionar información y recursos de apoyo a los estudiantes para abordar estos desafíos. Esto puede incluir recomendaciones para servicios de asesoramiento, programas de intervención o estrategias de manejo del estrés, por lo que podrá encontrar un número de contacto al finalizar los cuestionarios por si desean aclarar algunos puntos.

La participación en esta encuesta es completamente voluntaria. Si decides participar, puedes completar la encuesta en su totalidad o retirarte en cualquier momento sin ninguna consecuencia negativa. Tu decisión de participar o no participar no afectará tu relación con la institución ni con los investigadores.

Al marcar la casilla de consentimiento a continuación, confirmas que has leído y comprendido la información proporcionada en este consentimiento.

Anexo 2. Cuestionario sociodemográfico.

Nombre y apellido	_____
Cedula de Identidad	_____

Sexo	Mujer - Hombre
Edad	18 a 20 21 a 23 24 o mas

Anexo 3. Escala de Impulsividad de Barratt (Barratt Impulsiveness Scale, BIS-11)

	Raramente o nunca (0)	Ocasionalmente (1)	A menudo (3)	Siempre o casi siempre (4)
1. Planifico mis tareas con cuidado				
2. Hago las cosas sin pensarlas				
3. Casi nunca me tomo las cosas a pecho (no me perturbo con facilidad)				
4. Mis pensamientos pueden tener gran velocidad (tengo pensamientos que van muy rápido en mi mente)				
5. Planifico mis viajes con antelación				
6. Soy una persona con autocontrol				
7. Me concentro con facilidad (se me hace fácil concentrarme)				
8. Ahorro con regularidad				

9. Se me hace difícil estar quieto/a por largos períodos de tiempo				
10. Pienso las cosas cuidadosamente				
11. Planifico para tener un trabajo fijo (me esfuerzo por asegurarme de que tendré dinero para pagar mis gastos)				
12. Digo las cosas sin pensarlas				
13. Me gusta pensar sobre problemas complicados (me gusta pensar sobre problemas complejos)				
14. Cambio de trabajo frecuentemente (no me quedo en el mismo trabajo por largos períodos de tiempo)				
15. Actúo impulsivamente				
16. Me aburro con facilidad tratando de resolver problemas en mi mente (me aburre pensar en algo por demasiado tiempo)				
17. Visito al médico y				

al dentista con regularidad				
18. Hago las cosas en el momento en que se me ocurren				
19. Soy una persona que piensa sin distraerse (puedo enfocar mi mente en una sola cosa por mucho tiempo)				
20. Cambio de vivienda a menudo (me mudo con frecuencia o no me gusta vivir en el mismo sitio por mucho tiempo)				
21. Compró cosas impulsivamente				
22. Terminó lo que empiezo				
23. Camino y me muevo con rapidez				
24. Resuelvo los problemas experimentando (resuelvo los problemas empleando una posible solución y viendo si funciona)				
25. Gasto en efectivo o a crédito más de lo que gano (gasto más de lo que gano)				

26. Hablo rápido				
27. Tengo pensamientos extraños cuando estoy pensando (a veces tengo pensamientos irrelevantes cuando pienso)				
28. Me interesa más el presente que el futuro				
29. Me siento inquieto/a en clases o charlas (me siento inquieto/a si tengo que oír a alguien hablar demasiado tiempo)				
30. Planifico el futuro (me interesa más el futuro que el presente)				

Anexo 4. Inventario de ansiedad estado-rasgo

Apartado de Ansiedad estado: Sentimientos o emociones transitorias.

	No-Para nada	Un poco	Bastante	Mucho
1. Me siento calmado				
2. Me siento seguro				
3. Estoy tenso				

4. Estoy contrariado				
5. Estoy a gusto				
6. Me siento alterado				
7. Estoy preocupado actualmente por algún posible contratiempo				
8. Me siento descansado				
9. Me siento ansioso				
10. Me siento cómodo				
11. Me siento con confianza en mí mismo				
12. Me siento nervioso				
13. Me siento agitado				
14. Me siento “a punto de explotar”				
15. Me siento reposado				
16. Me siento satisfecho				
17. Estoy preocupado				
18. Me siento muy agitado, aturdido				
19. Me siento alegre				
20. Me siento bien				

Apartado Ansiedad Rasgo: Ansiedad de manera estable en la persona.

	Casi nunca	Algunas veces	Frecuentemente	Casi siempre
21. Me siento bien				
22. Me canso rápidamente				
23. Siento ganas de llorar				
24. Quisiera ser tan feliz como otros parecen serlo				
25. Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente				
26. Me siento descansado				
27. Soy una persona "tranquila, serena y sosegada"				
28. Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas				
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia				
30. Soy feliz				
31. Toma las cosas muy a pecho				
32. Me falta confianza en mí mismo				
33. Me siento seguro				

34. Procupo evitar enfrentarme a las crisis y dificultades				
35. Me siento melancólico				
36. Me siento satisfecho				
37. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan				
38. Me afecta tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza				
39. Soy una persona estable				
40. Cuando pienso en mis preocupaciones actuales me pongo tenso y alterado.				