



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Facultad de Psicología

Escuela Profesional de Psicología

**Ansiedad y estrés académico en estudiantes de una
universidad estatal de Lima Metropolitana en el
contexto del COVID-19**

TESIS

Para optar el Título Profesional de Psicóloga

AUTOR

Tatiana Yahaira CANCHES HERNANDEZ

ASESOR

Dra. Ana Esther DELGADO VASQUEZ

Lima, Perú

2023



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Canches, T. (2023). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Psicología, Escuela Profesional de Psicología]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM.

Metadatos complementarios

Datos de autor	
Nombres y apellidos	Tatiana Yahaira Canches Hernandez
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	73898257
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0005-6323-6533
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	Ana Esther Delgado Vasquez
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	07364955
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-5649-1262
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Carmen Leni Alvarez Taco
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	07461434
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	Elisa Beatriz Yanac Reynoso
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	07961776
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	Renato Willy Santivañez Olulo
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	25545573
Datos de investigación	
Línea de investigación	B.5.2.1. Promoción y prevención de la salud mental.

Grupo de investigación	Inteligencia, Pensamiento y Aprendizaje (APINTPEN)
Agencia de financiamiento	Sin financiamiento.
Ubicación geográfica de la investigación	Universidad Nacional Mayor de San Marcos País: Perú Departamento: Lima Provincia: Lima Distrito: Cercado de Lima Calle: German Amezaga N°375 Latitud: -12.0561578 Longitud: -77.0888972
Año o rango de años en que se realizó la investigación	2020 – 2023
URL de disciplinas OCDE	Psicología https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.02



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
(Universidad del Perú, DECANA DE AMÉRICA)



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Escuela Profesional de Psicología
Calle Germán Amézaga N.º 375, Lima (Ciudad Universitaria)
Central Telefónica 6197000, anexo 3213, fax 3209

ACTA

Siendo las 10:00 horas del día 06 de noviembre del 2023, se dieron cita en el Mini Auditorio del Pabellón de la Facultad de Psicología, bajo la presidencia de la Dra. CARMEN LENI ALVAREZ TACO, los catedráticos Miembros del Jurado que suscriben la presente Acta y la postulante al Título Profesional de Psicóloga, Bachiller **CANCHES HERNANDEZ, TATIANA YAHAIRA** quien a invitación de la Presidenta expuso y sustentó su trabajo de tesis titulado: “ANSIEDAD Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD ESTATAL DE LIMA METROPOLITANA EN EL CONTEXTO DEL COVID-19”, al concluir con la sustentación absolvió las preguntas pertinentes.

Finalizando el acto de sustentación, la Presidenta del Jurado invitó a la postulante y asistentes a retirarse del recinto para dar inicio a la deliberación evaluativa; a su término cada Miembro del Jurado hizo entrega a la Presidenta en sobre cerrado sus respectivas calificaciones, habiendo obtenido la postulante al Título Profesional de Psicóloga el promedio de:

17 (diecisiete) Aprobado con mención honrosa

Seguidamente, la Presidenta del Jurado invitó al salón de grados, tanto a la postulante como a los asistentes a fin de comunicarle el resultado obtenido en el presente proceso.

El Jurado dispuso que se extendiera la presente acta como constancia de titulación por la Modalidad de Presentación y Sustentación de Tesis.

Dra. CARMEN LENI ALVAREZ TACO
PRESIDENTA

Dra. ANA ESTHER DELGADO VASQUEZ
ASESORA

Psic. RENATO SANTIVANEZ OLULO
MIEMBRO

Mg. ELISA BEATRIZ YANAC REYNOSO
MIEMBRO



CERTIFICADO DE SIMILITUD

Yo Ana Esther Delgado Vásquez en mi condición de asesora acreditada con la Resolución Decanal N°00675-2023-D-FPSI-UNMSM de la tesis, cuyo título es **Ansiedad y Estrés Académico en estudiantes de una universidad Estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19**, presentada por la bachiller **Tatiana Yahaira Canches Hernández** para optar el título de PSICOLOGA, CERTIFICO que se ha cumplido con lo establecido en la Directiva de Originalidad y de Similitud de Trabajos Académicos, de Investigación y Producción Intelectual. Según la revisión, análisis y evaluación mediante el software de similitud textual, el documento evaluado cuenta con el porcentaje de **17%** de similitud, nivel **PERMITIDO** para continuar con los trámites correspondientes y para su **publicación en el repositorio institucional.**

Se emite el presente certificado en cumplimiento de lo establecido en las normas vigentes, como uno de los requisitos para la obtención del título correspondiente.

Firma del Asesora _____



UNMSM

Firmado digitalmente por DELGADO
VASQUEZ Ana Esther FAU
20148092282 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 18.10.2023 12:57:03 -05:00

DNI: 07364955

Nombres y apellidos del asesor: Ana Esther Delgado Vásquez



DEDICATORIA

A María, Juan, Johanna, Mariana y Angélica; por ser mi fortaleza, seguridad y compañía durante estos años de carrera; a Lauro, Manuela y Sara quienes siempre me alentaron a seguir y nunca dudaron de mí, aun cuando ya no están a mi lado, sé que se alegran por todo lo que voy logrando.

AGRADECIMIENTOS

A la Dra. Ana Delgado Vásquez, mi asesora, por su constante apoyo, dedicación, calidez humana y sabia orientación en todo este proceso.

A Dios por darme las fuerzas y sabiduría de continuar aún en los momentos más difíciles.

A las personas más valiosas de mi vida: mi mamá María y mi papá Juan por estar siempre presentes, por cuidarme, confiar en mis capacidades y por darme el mejor modelo de lo que es amar lo que hacemos; a mi hermana Johanna por enseñarme el valor de persistir por lo que anhelo; a mi sobrina Marianita por mostrarme lo que es el amor puro y genuino; a mi madrina Angélica, mi segunda mamá, por enseñarme desde muy niña lo reconfortante que es ayudar por vocación. A mis mejores amigas: Camila y Diana por escucharme, validarme, alegrarse de mis logros y recordarme que hay lazos amicales tan o más fuertes que los de sangre. A quienes ya no están a mi lado: a mi abuelito Lauro por haber sido la más grande luz y alegría de mi vida; a mi abuelita Manuela por el inmenso amor, cuidado y cariños brindados, a mi abuelita Sara por la confianza y seguridad que siempre me transmitió, a Erik por haberse convertido en mi confidente, mi apoyo y compañero de risas, quien aún permanece en mi memoria y en mi corazón.

A mi querida universidad por acogerme en sus aulas y darme el honor de poder ser sanmarquina, por haberme permitido conocer a personas grandiosas y ahora colegas, *las cachimbas*, con quienes compartimos aulas todos estos años y tenemos miles de anécdotas, risas y lágrimas que quedaran en nuestros recuerdos; y, finalmente a todos los alumnos que fueron parte de esta investigación.

ÍNDICE

RESUMEN	7
ABSTRACT	9
INTRODUCCIÓN	11
CAPÍTULO I: PLATEAMIENTO DEL PROBLEMA	12
1.1 Formulación del problema	12
1.2 Objetivos	13
1.2.1 Objetivos generales	13
1.2.2 Objetivos específicos	14
1.3 Justificación e importancia	14
1.4 Limitaciones	15
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	16
2.1 Antecedentes de investigación	16
2.1.1 Investigaciones internacionales	16
2.1.2 Investigaciones nacionales	21
2.2 Bases teórico – científicas	25
2.2.1 Ansiedad	25
2.2.1.1 Definición	25
2.2.1.2 Teorías psicológicas de la ansiedad	27
2.2.1.3 Síntomas de la ansiedad	30
2.2.1.4 Tipos de ansiedad	31

2.2.1.5 Epidemiología	33
2.2.2 Estrés	33
2.2.2.1 Definición	33
2.2.2.2 Fases del estrés	34
2.2.2.3 Estrés académico	35
2.3 Definición de términos básicos	39
2.4 Formulación de hipótesis	39
2.4.1 Hipótesis general	39
2.4.2 Hipótesis específicas	39
CAPÍTULO III: MÉTODO	40
3.1 Tipo y nivel de investigación	40
3.2 Diseño de investigación	40
3.3 Variables	41
3.4 Población y muestra de estudio	42
3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	43
3.5.1 Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)	43
3.5.2 Inventario Sistemico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico (SISCO SV-21)	45
3.6 Procedimiento de recolección de datos	47
3.7 Procesamiento y análisis de datos	47
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	48
4.1 Análisis psicométrico del Inventario de Ansiedad de Beck	48
4.1.1 Validez	48

4.1.2 Análisis de ítems y confiabilidad	48
4.2 Análisis psicométrico del Inventario Sistemico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico (SISCO SV-21)	49
4.2.1 Validez	49
4.2.2 Análisis de ítems y confiabilidad	49
4.3 Resultados descriptivos	50
4.4 Contrastación de hipótesis	54
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN DE RESULTADOS	57
5.1 Análisis y discusión de resultados	57
5.2 Conclusiones	60
5.3 Recomendaciones	61
REFERENCIAS	62
ANEXOS	68
ANEXO A: Consentimiento informado	69
ANEXO B: Inventario de Ansiedad de Beck	70
ANEXO C: Inventario SISCO SV-21	72
ANEXO D: Análisis Psicométrico del Inventario de Ansiedad de Beck	75
ANEXO E: Análisis Psicométrico del Inventario SISCO SV-21	78

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	<i>Distribución de frecuencias y porcentajes de los puntajes totales del Inventario de Ansiedad de Beck en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19.....</i>	50
Tabla 2	<i>Distribución de frecuencias y porcentajes de los puntajes totales del Instrumento SISCO SV-21 en los participantes de la muestra.....</i>	52
Tabla 3	<i>Prueba de bondad de Ajuste de Kolmogorov –Smirnov de los puntajes totales del Inventario de Ansiedad de Beck y el Instrumento SISCO SV-21.....</i>	54
Tabla 4	<i>Correlación rho de Spearman entre la ansiedad y el estrés académico en los participantes en el contexto del COVID-19.....</i>	55
Tabla 5	<i>Prueba U de Mann Whitney de los puntajes de ansiedad entre los estudiantes hombres y mujeres de una universidad estatal.....</i>	55
Tabla 6	<i>Prueba U de Mann Whitney de los puntajes de estrés académico entre los participantes hombres y mujeres.....</i>	56

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo analizar la relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19 y la comparación de las mencionadas variables según sexo.

Es una investigación de diseño correlacional y para la cual se contó con la participación de 200 universitarios de una universidad estatal de Lima Metropolitana, en la que 127 fueron estudiantes mujeres y 73 varones. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) y el del Instrumento SISCO SV-21; ambos instrumentos pasaron por los análisis psicométricos correspondientes en los que se encontraron evidencias de validez y confiabilidad para las dos pruebas.

Los resultados obtenidos indican que existe una correlación estadísticamente significativa entre la ansiedad y el estrés académico, asimismo se encontró diferencias estadísticamente significativas según las variables de sexo, en donde las mujeres evidenciaron mayores niveles de ansiedad y estrés académico.

Palabras clave: *Ansiedad, estrés académico, universitarios.*

ABSTRACT

The aim of this research was to analyze the relationship between anxiety and academic stress in students of a state university of Metropolitan Lima in the context of pandemic by COVID-19 and the comparison of the mentioned variables according to sex.

It is a correlational research design with the participation of 200 college students from a state university in Metropolitan Lima, in which 127 were female students and 73 were male. The instruments used were the Beck Anxiety Inventory (BAI) and the SISCO SV-21 inventory; both instruments underwent the corresponding psychometric analyses in which evidence of validity and reliability was found for both tests.

The results obtained indicate that there is a statistically significant correlation between anxiety and academic stress; likewise, statistically significant differences were found according to sex, where women showed higher levels of anxiety and academic stress.

Key words: *Anxiety, academic stress, college students.*

INTRODUCCIÓN

La pandemia por COVID-19 ha traído cambios en todos los niveles de la sociedad alrededor del mundo, por lo que las medidas tomadas frente a esta han sido de afectación para todas las personas. En tópicos de salud mental relacionada con la educación, los estudiantes universitarios han sido una población vulnerable en cuanto a los cambios que ha traído la pandemia, el uso de tecnologías para la continuidad de sus estudios ha sido una de las implementaciones que se han dado afectando así su ámbito educativo y socioemocional, así mismo se ha incrementado los síntomas depresivos, ansiedad y estrés en comparación a entornos académicos normales (Lee, 2020).

A partir de lo expuesto, esta investigación tiene como objetivo el análisis de la relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19; y, la comparación de dichas variables en cuanto a sexo.

En lo que refiere a la organización del estudio, este se ha dividido en 05 capítulos. El primero aborda el planteamiento del problema dentro del cual se encuentra su formulación, objetivos, justificación e importancia, y limitaciones. Con relación al segundo capítulo, este se focaliza en el marco teórico, en donde se presentan las investigaciones antecedentes recientes, las principales definiciones y teorías de las variables que forman parte de la investigación, asimismo se encuentran los conceptos básicos y la formulación de las hipótesis del estudio. El tercer capítulo se centra en la metodología de estudio, dentro de la cual se encuentra el nivel, tipo y diseño de investigación, población y muestra, recolección de datos, instrumentos utilizados y el procesamiento de los datos obtenidos. El cuarto capítulo de enfoca en los resultados y finalmente el quinto capítulo se orienta a la discusión de estos. Adicionalmente a lo mencionado, se menciona a las referencias bibliográficas y anexos correspondientes.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA

1.1 Formulación del problema

En un estudio realizado en el Ministerio de Educación se señaló que el 85% de la comunidad universitaria presentaba problemas de salud mental, dentro de los cuales el 82% es representado por la ansiedad y el 79%, por el estrés (El Peruano, 2019). Ahora bien, si a lo mencionado se le aumenta la situación actual que se vive a lo largo de todo el mundo, la pandemia; se podrían evidenciar datos de mayor preocupación. La expansión del COVID-19 a lo largo del mundo ha generado un sinnúmero de preocupaciones, en especial por el incremento de casos en el Perú y las medidas que se ha tomado frente a ello, una de estas y la que más afectación psicológica ha producido es la cuarentena; ya que, ha alterado las formas habituales de vida de todas las personas y para lo cual nadie estuvo preparado. La cuarentena acrecienta la posibilidad de desarrollar o exacerbar problemas de índole psicológicos y mentales, en especial por el distanciamiento de las personas y ausencia de

comunicación interpersonal (Huarcaya, 2020); ello se refleja en los estudios realizados acerca de anteriores pandemias, en donde alejar a las personas unas de otras, produce un incremento en sus niveles de ansiedad y estrés (Ferguson et al., 2006).

La ansiedad es una reacción emocional que produce desagrado y es causada por un estímulo externo que, para el individuo, es amenazador; lo que le genera en el sujeto cambios fisiológicos y conductuales (Spielberg, 1980, como se citó en Carrillo, 2006). En los estudiantes universitarios se presenta alta prevalencia en ansiedad, debido a las exigencias psicológicas, sociales, académicas que en conjunto con altos niveles de estrés puede desencadenar problemas de salud mental, abuso de alcohol o de drogas (Bohórquez, 2007).

En este contexto, la población joven ha perdido repentinamente muchas actividades que eran significativas y le proporcionaban estructura, significado y un ritmo diario de vida, es decir, un sentido; actividades como asistir al colegio, universidad o institutos, actividades extracurriculares, interacciones sociales y actividades físicas; lo que puede agravar diversos tipos específicos de ansiedad, como fobias específicas, ansiedad por salud y agorafobia (Courtney et al., 2020).

Por otro lado, el estrés es considerado una respuesta adaptativa y fisiológica del organismo frente a una situación que se puede percibir como amenazante o con excesiva demanda tanto del medio externo como interno; es también una respuesta natural y necesaria para la supervivencia. En la población universitaria, el estrés académico produce alteraciones negativas en sus respuestas cognitivas, motoras y fisiológicas, lo cual podría generar bajo rendimiento académico o abandono de los estudios (Barraza, 2006).

Los efectos del estrés, producido actualmente, no podrán verse reflejados de inmediato,

sino que serán detectados aún luego de un tiempo, por el momento se puede observar que poco a poco se irá reduciendo el umbral para tolerar el estrés, lo que podría desencadenar en una psicopatología y a su vez afectar significativamente su rendimiento académico (Wade et al., 2020). Se encontró que el estrés académico en este contexto se da por razones como la sobrecarga académica, retraso o pérdida del ciclo y fallas técnicas o de conexión para tomar clases (Duarte y Rodríguez, 2020).

Como se sabe, los jóvenes universitarios serán un grupo de fuerza laboral dominante durante las próximas décadas y el funcionamiento de la economía dependerá de su desempeño, no obstante su salud mental, reflejada en ansiedad y estrés académico debido a la coyuntura actual, se verá afectará en gran magnitud; por lo que el presente estudio busca su análisis y se plantean las siguientes preguntas de investigación: ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19? y ¿Difieren la ansiedad y el estrés académico en los estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19 según sexo?

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivos generales

- Analizar la relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19.
- Comparar la ansiedad y el estrés académico en los estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19 según sexo.

1.2.2 Objetivos específicos

- Determinar la ansiedad en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19.
- Identificar el estrés académico en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19.
- Comparar la ansiedad en los estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19 según sexo.
- Comparar el estrés académico en los estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19 según sexo.

1.3 Justificación e importancia

El sector educativo ha sido fuertemente afectado durante pandemia por COVID-19, ello se ve reflejado en que más de 1 millón de universitarios en el Perú se han visto perjudicados por este contexto (UNESCO, 2020); en el cual los estudiantes han tenido que adaptarse de forma rápida y de la mejor manera que han podido a la modalidad de educación virtual, siendo esta situación una gran problemática, ya sea por falta de herramientas tecnológicas o por la inadecuada señal de internet que tienen, generando en ellos elevados niveles de estrés, en especial el académico (Duarte y Rodríguez, 2020). Darle la importancia debida a la salud mental de esta población es tan importante como atender su salud física.

La población joven ha evidenciado pérdidas significativas en ámbitos como el académico, laboral y personal; solo por mencionar un ejemplo dentro de una de las áreas, en el aspecto laboral, este contexto de pandemia genera, en lo jóvenes universitarios, gran incertidumbre

y preocupación acerca del futuro y de sus próximas oportunidades laborales (Courtney et al., 2020). Lo anteriormente mencionado elevó la problemática de salud mental al punto de que los pensamientos suicidas en la población joven aumentaron entre un 8% y 10% (Confederación Salud Mental España, 2021).

Las investigaciones actuales, relacionadas a la pandemia, se enfocan en otras poblaciones con mayor vulnerabilidad frente a la enfermedad, vulnerabilidad de tipo biológica y física; y, no se centran tanto en otros grupos poblacionales, que, si bien no tienen un alto riesgo biológico, si lo tiene a nivel de salud mental, ya que han dejado muchas actividades significativas que les daban sentido a sus vidas; los universitarios.

Ante todo lo mencionado, esta investigación es de gran importancia debido a que permitirá conocer el estado de salud mental actual de los estudiantes de una universidad estatal, reflejada en la ansiedad y el estrés académico; aspecto sumamente relevante, ya que a partir de los resultados se podrá proponer planes de intervención psicológica ante la afectación de tipo mental que pudiese tener esta población; asimismo es importante atender su salud mental, ya que son ellos el futuro laboral y económico del país; y, por último, servirá como antecedente para futuras investigaciones que busquen conocer la relación de estos constructos en la población universitaria en el contexto de la pandemia.

1.4 Limitaciones

La limitación de esta investigación se da en cuanto al aspecto metodológico, como el de la generalización, ya que no se puede tomar estos resultados y extrapolarlos a toda la población de universitarios a nivel nacional, debido a que el muestreo realizado fue no probabilístico de tipo intencional.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de investigación

2.1.1 Investigaciones internacionales

Robles et al. (2001) realizaron la validación del Inventario de Ansiedad de Beck en la población mexicana. Lo que buscaban en primera instancia era traducir el instrumento y luego determinar su confiabilidad mediante la consistencia interna y el test retest; y, la validez convergente en base a la correlación con el Inventario de Ansiedad Rasgo Estado (IDARE) diseñado por Spielberger et al. En 1970; las propiedades psicométricas halladas para la población general fueron las siguientes: se obtuvo un coeficiente de alfa de Cronbach de .83, alta confiabilidad test retest y

alta correlación con el IDARE; por otro lado, no se halló diferencias estadísticamente significativas en cuanto a sexo.

Stankovska et al. (2018) realizaron el estudio entre la inteligencia emocional, la ansiedad y el estrés académico en 200 estudiantes de 20 a 22 años de la carrera de Psicología y Ciencias Médicas en la Universidad de Skopje de Macedonia del Norte; por lo que se empleó la prueba de Autoinforme de Inteligencia Emocional (SEIT) diseñado por Stirred en el 2010, el Inventario de Ansiedad (TAI) creado por Sarasin en el 2004 y el Test de Estrés Académico para Estudiantes (SASS) desarrollado por Bursary en el 2011. Se encontró que las mujeres presentaban mayores niveles de inteligencia emocional que los hombres, no obstante no se evidenció diferencias entre hombres y mujeres en el constructo ansiedad, pero sí se obtuvo mayores niveles de ansiedad en estudiantes de Ciencias Médicas en comparación con los de Psicología; por otro lado, las mujeres presentaron mayores niveles de estrés académico que los hombres; y, finalmente se halló que la inteligencia emocional, la ansiedad y el estrés académico se correlacionaban de manera significativa y positiva en ambas poblaciones.

Muñoz et al. (2019) analizaron la relación entre la ansiedad y el estrés académico en 122 estudiantes del octavo ciclo de la carrera de Psicología del Tecnológico de Antioquia en Colombia; se utilizó el Inventario de Ansiedad de Beck desarrollado por Beck y Steer en 1988 y el Inventario SISCO del Estrés Académico creado por Barraza en el 2005; se obtuvo que los estudiantes que pertenecían a la sede principal del Tecnológico de Antioquia presentaron mayores niveles de estrés académico, así también se encontró que la ansiedad y el estrés académico se asociaban de manera

estadísticamente significativa y positiva.

Debowska et al. (2020) estudiaron la depresión, la ansiedad, el estrés y las tendencias suicidas en 7228 estudiantes universitarios en Polonia, esta investigación se realizó durante las primeras etapas de la pandemia y se utilizaron la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés de 21 ítems (DASS-21) diseñada por Lovibond y Lovibond en 1995 y el Inventario de Síntomas Depresivos – subescala de suicidio (DSI-SS) elaborado por Joiner et al. en el 2002; los resultados arrojaron que a medida que la pandemia avanzaba se incrementaba los niveles de depresión, además de que las mujeres obtuvieron mayores puntajes en depresión, ansiedad y estrés y en la facultad de Psicología se obtuvo las puntuaciones más bajas en depresión y ansiedad; y, los hombres de 18 a 24 tuvieron mayores síntomas de depresión, ansiedad y tendencias suicidas en comparación con los mayores a 25 años.

Farrera et al. (2020) realizaron un estudio acerca de los niveles de la ansiedad y el estrés académico en 45 estudiantes que cursaban el primer, segundo, cuarto, sexto y noveno ciclo de la carrera de Psicología de una institución educativa superior del estado de Chiapas en México, para lo cual se utilizó el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) creado por Spielberger, Gorsuch y Lushene entre los años 1964 y 1970 y el Inventario de Vulnerabilidad al Estrés diseñado por Quevedo, Amaro y Menéndez en el 2005. Se encontraron niveles de medio a alto para la ansiedad y niveles vulnerables al estrés, afectando así la salud física y emocional, así como también el desempeño académico de los universitarios.

González et al. (2020) estudiaron los niveles de ansiedad, depresión, estrés y

percepción del estado de salud de los universitarios en la pandemia por Covid-19, esta investigación se realizó con 644 estudiantes de la Universidad Autónoma de Nayarit, la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla y la Universidad Autónoma del Estado de Morelos en México; por lo que se utilizó el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) creado por Spielberger, Gorshuch y Lushene entre los años 1964 y 1970. la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) diseñada por Cohen, Kamrak y Mermelstein en 1983 y el Cuestionario General de Salud de Goldberg (GHQ-28) creado por Goldberg en 1972, todos estos instrumentos fueron aplicados de manera virtual. Se halló que los universitarios, durante las fases 2 y 3 en la pandemia del COVID-19, presentaban altos indicadores de síntomas de estrés entre moderado a severo, expresados en problemas para dormir y ansiedad. Las mujeres de 18 a 25 años presentaron mayores niveles de síntomas psicósomáticos, disfunción social en la actividad diaria y depresión; y, los hombres, mayor grado de ansiedad.

Ramlan et al. (2020) estudiaron los niveles de depresión, ansiedad y estrés 133 estudiantes de la carrera de Medicina de la Universidad Kebangsaan Malaysia ubicada en Malasia; para dicha investigación se utilizó la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés de 21 ítems (DASS-21) diseñada por Lovibond y Lovibond en 1995 y adaptada en Malasia como “The Malay DASS-21” por Ramli et al. en el 2009, siendo esta última la utilizada en este estudio; los resultados arrojaron que los universitarios presentaron altos niveles en las 3 variables; sin embargo hubo mayor prevalencia de ansiedad en comparación con la depresión y estrés.

Restrepo et al. (2020) analizaron el estrés académico y las estrategias para afrontarlo en 450 estudiantes de diferentes carreras de tres universidades de Medellín y el Valle

de Aburrá en Colombia, para lo cual se empleó el Inventario SISCO del Estrés Académico creado por Barraza en el 2005. Se hallaron elevados niveles de estrés académico en esta población, reflejados en problemas de sueño y alimentación, se obtuvo también que la habilidad asertiva fue la estrategia de afrontamiento que más utilizaron los universitarios; por otro lado, el estrés académico se vinculó a problemas de ansiedad, depresión, consumo de sustancias e ideación, afectando así la salud y proyecto de vida de los universitarios.

Clemente (2021) estudió la relación entre el estrés académico y la ansiedad en 275 estudiantes de la carrera de Enfermería de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla en México, por lo que se utilizó el Inventario de Estrés Académico SISCO SV-21 adaptado por Barraza en el 2018 y el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) elaborado por Beck en 1988 y adaptado por Robles y colaboradores en el 2001. Esta investigación tuvo como hallazgos altos porcentajes de estrés moderado y de ansiedad tanto leve como moderada en los estudiantes; y, una correlación positiva y significativa en la que altos niveles de estrés académico condicionaban la presencia de niveles altos de ansiedad.

Sánchez et al. (2022) analizaron la relación entre el estrés académico y la ansiedad en 152 universitarios de la carrera de Psicología de una universidad pública del estado de México, para ello se utilizaron el Cuestionario de Estrés Académico (CEA) elaborado por Cabanach y colaboradores en el 2008 y la Escala Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) creado por Spielberger, Gorshuch y Lushene entre los años 1964 y 1970, los resultados indican que los universitarios presentaban niveles moderados y altos de estrés académico y de ansiedad respectivamente, además de esto se confirmó

una relación significativa y positiva entre las variables estudiadas.

2.1.2 Investigaciones nacionales

Alvarado (2018) estudió la relación entre la ansiedad y el estrés académico en el rendimiento del Examen Clínico Objetivo Estructurado (ECO) en una muestra de 138 universitarios que cursaban el noveno ciclo de la carrera de Medicina Humana de la Universidad Privada Antenor Orrego, para esta investigación se empleó la Escala de Ansiedad de Hamilton diseñada por Hamilton en 1959 y el Inventario SISCO de Estrés Académico creado por Barraza en el 2005, se obtuvo que la ansiedad y el estrés académico en relación con el rendimiento en el ECO presentaron una relación negativa significativa y no se observaron diferencias significativas en variables sociodemográfica como edad, sexo y procedencia dentro de esta población.

Fernández (2018) examinó la relación entre el estrés y el compromiso académico en 200 universitarios que cursaban entre el tercer y el duodécimo ciclo de la carrera de Psicología de la universidad privada de Lima, por lo cual se usó el Inventario SISCO del Estrés Académico creado por Barraza en el 2005 y la Utrecht Work Engagement Student – Scale (UWES –S) elaborada por Schaufeli y Bakker en el 2003. Se encontró que existían mayores niveles del estrés y el compromiso académicos en mujeres respecto a los hombres, así también se halló una relación significativa negativa entre el estrés y el compromiso académicos.

López (2018) estudió la relación entre los niveles de ansiedad y el rendimiento académico en 133 universitarios que cursan entre el primer y quinto ciclo de la carrera de Psicología en la Universidad Norbert Wiener, para lo cual se empleó el Inventario

de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) creado por Spielberger, Gorshuch y Lushene entre los años 1964 y 1970 y los registros de notas para el rendimiento académico. Se obtuvo que los universitarios presentaron altos niveles de ansiedad y de niveles medios del rendimiento académico, por otro lado, se encontró que tanto la ansiedad-rasgo como la ansiedad-estado se relacionaban negativamente con el rendimiento académico; y, finalmente la ansiedad total se relacionó de manera significativa y negativa con el rendimiento académico.

Delgado y Núñez (2019) analizaron la relación entre ansiedad y afrontamiento al estrés en 94 universitarios de la Facultad de Psicología en una universidad privada de Lima Metropolitana, se utilizó el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE) elaborado por Carver en 1989 y el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) creado por Spielberger, Gorshuch y Lushene entre los años 1964 y 1970. Se obtuvo que existía relación negativa no significativa entre la ansiedad-rasgo y el estilo de afrontamiento centrado en el problema, así también se evidenció una relación indirecta no significativa de la ansiedad-rasgo y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción; por otro lado, la ansiedad-estado se relacionó de manera negativa y no significativa con el estilo de afrontamiento centrado en la emoción, la ansiedad-estado no se relacionó significativamente con el estilo de afrontamiento centrado en la negación, no existió relación significativa entre la ansiedad-rasgo y el estilo de afrontamiento centrado en la negación; y, finalmente se obtuvo que no existía correlación significativa entre la ansiedad estado y la ansiedad rasgo, y los estilos de afrontamiento.

Chávez y Peralta (2019) estudiaron la relación entre el estrés académico y la autoestima en 126 universitarios de entre 18 y 22 años de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional San Agustín en Arequipa, para lo cual se empleó el Inventario SISCO de Estrés Académico creado por Barraza en el 2005 y la Escala de Autoestima de Rosenberg elaborada por Rosenberg en 1965, en donde se obtuvo niveles de medio-alto en estrés académico con tendencia a aumentar conforme se avanzaba en la carrera, sin embargo la autoestima disminuía mientras se avanzaba en los estudios, siendo más vulnerables a ello las mujeres; asimismo se encontró una relación negativa significativa entre el estrés académico y la autoestima.

Tasayco (2019) estudió el estrés académico en 199 alumnos del primer al octavo ciclo de la carrera de Enfermería de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga, por lo que se usó el Inventario SISCO de Estrés Académico creado por Barraza en el 2005. Se evidenciaron altos niveles de estrés académico en los universitarios y hubo mayor prevalencia en los estudiantes del sexto ciclo siendo las situaciones más estresoras la sobrecarga de tareas, las evaluaciones de los docentes y el tipo de trabajo que piden, respecto a los síntomas psicósomáticos, estos fueron en su mayoría, somnolencia y cansancio permanente.

Saravia et. al (2020) estudiaron la ansiedad en 57 estudiantes del primer año de la carrera de Medicina de una universidad privada para lo cual se utilizó la escala Desorden de Ansiedad Generalizada-7 (GAD-7) diseñada originalmente por Spitzer, Kroenke, Williams y Lowe en el 2006; los resultados arrojados señalan que más de la mitad de los estudiantes habían sufrido ansiedad durante la pandemia en algún grado y la preocupación patológica fue el síntoma con mayor predominancia seguida

de la incapacidad para relajarse, siendo en su mayoría mujeres.

Vivanco et al. (2020) analizaron la relación entre la ansiedad y la salud mental de 356 universitarios de universidades tanto públicas como privadas de las ciudades de Trujillo y Chiclayo; para ello se utilizó la Escala de Ansiedad por Coronavirus (CAS) elaborada por Lee en el 2020 y adaptada al Perú por Caycho et al. en el 2020 también, asimismo se utilizó Inventario de Salud Mental-5 (MHI-5) creado por Rivera et al. en el 2019, ambas pruebas se aplicaron de manera virtual; los resultados evidenciaron que existía una relación negativa significativa, ya que a mayor nivel de ansiedad se observó un empeoramiento de la salud mental de los universitarios peruanos.

Estrada et al. (2021) analizaron la prevalencia del estrés académico en el contexto de la pandemia en 172 universitarios de la carrera de Educación de una universidad pública peruana, para este estudio se utilizó el Inventario SISCO de Estrés Académico creado por Barraza en el 2005, el cual fue aplicado mediante el aplicativo Google Forms; se encontró altos niveles de estrés académico en los estudiantes expresados en la sobrecarga académica y el tiempo limitado para la realización de sus actividades; además de ello, se halló que las mujeres presentaban mayor nivel de estrés académico en comparación con los varones.

Núñez (2021) estudió la prevalencia de la ansiedad y los estresores académicos en 166 estudiantes universitarios de la carrera de Enfermería de la Universidad Nacional Santiago Antúnez de Mayolo; para lo cual se utilizaron el Inventario de Estrés Académico (IEA) creada por Polo, Hernández y Pozo en 1996 y la Escala de Ansiedad y Depresión Hospitalaria (HADS) diseñada por Zigmond y Snaith en 1983;

los resultados arrojaron que los estudiantes de pregrado presentaron 18% de prevalencia en ansiedad y 50% de prevalencia en sintomatología ansiosa, la sobrecarga académica y los exámenes fueron los mayores estresores prevalentes en esta población; y, los alumnos que tenían elevados niveles de ansiedad percibían mayor insatisfacción respecto a su rendimiento académico.

Álvarez y Leiva (2022) estudiaron la relación entre la ansiedad y el estrés académico en 100 estudiantes de una universidad en la ciudad de Cajamarca, para lo cual se utilizaron el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) creado por Spielberger, Gorsluch y Lushene entre los años 1964 y 1970; y, el Inventario SISCO de Estrés Académico creado por Barraza en el 2005; en base a ello se encontró que casi la mitad de la población presentaba niveles de estrés entre alto y muy alto, sin embargo los niveles de ansiedad, en su mayoría, se encontraban en niveles leves; asimismo, se halló una correlación directa y significativa entre las variables de estudio.

2.2 Bases teórico – científicas

2.2.1 Ansiedad

2.2.1.1 Definición

La ansiedad ha ocupado gran relevancia en los distintos estudios psicológicos que se han venido realizando, sin embargo, existen aún ciertas dificultades para atribuirle una sola definición; lo cual genera confusión entre la ansiedad y los términos “miedo”, “angustia”, “estrés”, etc.; y, lleva a que, en algunas ocasiones, se utilicen como sinónimos (Martínez-Otero, 2014), a lo que Miguel-Tobal y Casado (1999) intentan esclarecer un poco esta complejidad

terminológica:

- **Ansiedad y miedo:** Uno de los criterios que se ha utilizado para diferenciar a la ansiedad y el miedo es el objeto causal, habiendo en este último una peligrosidad real del estímulo, es decir algo “concreto” que desencadene esa emoción y la ansiedad, un temor manifiesto sin la presencia del objeto.
- **Ansiedad y angustia:** Anteriormente se diferenciaban los términos de ansiedad y angustia de manera que la primera era caracterizada por el sobresalto, la inquietud y la mayor cognición; y, la segunda se refería a sobrecogimiento, la inhibición y un predominio de los síntomas somáticos y viscerales; no obstante, en la actualidad se diferencian según los enfoques psicológicos, la ansiedad se enmarca en la psicología científica y la angustia dentro del enfoque humanista y el psicoanálisis.
- **Ansiedad y estrés:** La ansiedad y el estrés se diferencian principalmente en que la primera está referida a la sensación de inquietud interna sin presencia de un objeto concreto, siendo esta un temor difuso; sin embargo, el estrés es denominado como la sobrecarga emocional producida por una fuerza externa prolongada que conduce al individuo al agotamiento.

Para Cano-Vindel (1989) la ansiedad es definida como una serie de manifestaciones experienciales, fisiológicas y expresivas que se dan frente a una situación o estímulo, el cual es evaluado por el sujeto como algo amenazante y potencialmente dañino, sin embargo, objetivamente puede no ser realmente peligroso.

Así también, la ansiedad es concebida como un conjunto de sesgos cognitivos o tendencias a interpretar la situación; no obstante, cuando estos son exagerados o se realizan de manera errónea pueden producir reacciones ansiosas muy intensas que tienden a ser patológicas (Eysenck, 1992).

La ansiedad es una respuesta subjetiva y emocional producida por el miedo y es definida como un sistema complejo de respuestas a nivel conductual, fisiológico, afectivo y cognitivo frente a una amenaza que es activada cuando se anticipan sucesos o situaciones que se evalúan como aversivas, que a su vez pueden ser incontrolables y amenazan los intereses vitales de un individuo; a diferencia del miedo, la ansiedad es un estado más duradero que incluye factores cognitivos (Clark y Beck, 2009).

2.2.1.2 Teorías psicológicas de la ansiedad

A. Modelo cognitivo de la ansiedad

Según Beck y Clark (1997) el modelo cognitivo de ansiedad propuesto por primera vez por Beck en 1985 es una perspectiva de procesamiento de información basada en esquemas que considera la interpretación de manera errónea o sesgada de los estímulos como peligrosa o amenazante para el bienestar físico o psicológico de un individuo, una característica central de los trastornos de ansiedad. Junto con el procesamiento selectivo de estímulos de amenaza o peligro, el individuo ansioso subestima los recursos personales de afrontamiento y las características de seguridad o rescate en el entorno.

Además, la distinción entre ansiedad normal y patológica se da en que dentro de la ansiedad patológica existe una percepción sesgada o sobrestimada del peligro que no se corresponde con las exigencias del entorno interno o externo, mientras que en los estados de ansiedad no clínica la estimación de la amenaza corresponde más estrechamente a los peligros objetivos del entorno (Sierra et al., 2003).

El modelo cognitivo reconoce que la ansiedad consiste en un patrón complicado de cambios cognitivos, afectivos, fisiológicos y conductuales. A nivel fisiológico, uno encuentra hiperactivación autónoma en preparación para huir, luchar, congelarse o desmayarse. A nivel conductual se ve: movilización para escapar o defenderse contra el peligro percibido; inhibición de comportamientos de riesgo en un intento de maximizar la seguridad; y desactivación de las respuestas motoras que resultan en evitación y sentimientos de impotencia. A nivel subjetivo o afectivo, el individuo se siente asustado o aprensivo. Y finalmente, a nivel cognitivo, la ansiedad implica: ciertos síntomas sensorial-perceptivos como sentimientos de irrealidad, hipervigilancia y timidez; dificultades para pensar, como falta de concentración, incapacidad para controlar el pensamiento, bloqueo y dificultad para razonar; y síntomas conceptuales como distorsiones cognitivas, creencias relacionadas con el miedo, imágenes aterradoras y frecuentes pensamientos automáticos (Miguel-Tobal y Casado, 1999).

Este complejo patrón cognitivo-afectivo-fisiológico-conductual llamado

ansiedad surge de una secuencia particular de procesamiento de información de tres etapas que constituye lo más central del modelo cognitivo de la ansiedad (Beck y Clark, 1997).

B. Teoría de los tres sistemas de respuesta

De acuerdo con Díaz y De la Iglesia (2019), esta teoría fue propuesta por Lang en 1968 y está basada en la crítica al modelo unidimensional de la activación; para él, la ansiedad es manifestada en un nivel de triple sistema de respuesta: conductual o motor, fisiológico o somático y cognitivo o subjetivo.

A nivel conductual, la ansiedad se expresa como hiperactividad, movimientos repetitivos, dificultades para la comunicación produciendo en algunos casos tartamudez, evitación, elevado consumo de comida o sustancias psicoactivas, tensión facial (Martínez-Monteagudo et al., 2012).

En el aspecto fisiológico, la ansiedad activa principalmente el Sistema Nervioso Autónomo, el Sistema Endocrino y el Sistema Inmune; en base a esta activación, el individuo percibe un aumento en la frecuencia cardíaca, aumento o dificultad en la frecuencia respiratoria, sudoración, tensión muscular, sensación de sequedad bucal, sensación de incomodidad a nivel gástrico; los cuales a su vez pueden generar dolores de cabeza, insomnio, náuseas, contracturas musculares y disfunciones gástricas (Díaz y De la Iglesia, 2019).

A nivel cognitivo, la ansiedad se expresa como sentimiento de malestar, preocupación, hipervigilancia, tensión, miedo, inseguridad, sensación de falta de control, indecisión, presencia de pensamientos negativos sobre lo que el individuo hace, dificultad para la concentración (Martínez-Monteagudo et al., 2012).

C. Teoría de la Red Semántica para el estudio de la ansiedad

Bower (1981) desarrolló la Teoría de la Red Semántica en la cual se propone que las emociones se encuentran representadas en la memoria en forma de unidades o nodos, formando así una red asociativa; estos nodos se relacionan también con otros tipos de información.

La activación del nodo emocional de ansiedad facilitaría el ingreso al material que se corresponda con el estado de ánimo, lo que produce un sesgo en el procesamiento de la información y afecta los procesos cognitivos como la atención, memoria, etc., ocasionando una mayor atención a los estímulos que se traducen como amenazantes, interpretándose la situación “neutra” como peligrosa y recordando los hechos compatibles amenazantes que han sido guardados en la memoria previamente, lo que retroalimentan la emoción de miedo y agravando la ansiedad (Arcas y Cano, 1999).

Una situación evaluada como peligrosa o amenazante preocupa a la persona, la prepara y hace más disponible los aspectos negativos de alguna otra preocupación, creándose una especie de círculo vicioso

(Bower, 1981).

2.2.1.3 Síntomas de la ansiedad

Córdova et al. (2010) señala que la condición de ansiedad se manifiesta en base a los síntomas siguientes:

A. A nivel somático:

- Tensión muscular aumentada
- Mareos
- Sudoración
- Fluctuaciones de la presión arterial
- Aceleración del ritmo cardiaco
- Dificultad respiratoria
- Problemas gastrointestinales
- Aumento de frecuencia urinaria

B. A nivel psíquico

- Intranquilidad
- Sensación de nerviosismo
- Preocupación excesiva y desproporcionada
- Miedos irracionales
- Pensamientos catastróficos
- Deseos de huida
- Temor a perder el control y la razón
- Sensación a una muerte inminente

2.2.1.4 Tipos de ansiedad

Acorde al Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales en su quinta versión (DSM-V) publicado por la Asociación Americana de Psiquiatría (APA) (2014), los trastornos de ansiedad se dividen de la siguiente manera:

- A. Trastorno de ansiedad por separación: Se presenta miedo o preocupación intensa y recurrente, es decir de manera inapropiada para el nivel de desarrollo del sujeto. Este malestar conformado con síntomas físicos como dolor de cabeza, de estómago, náuseas, etc. se da en relación a la pérdida (de cualquier forma) de la figura referente de apego y dura como mínimo 04 semanas en niños y adolescentes y 06 meses o más en adultos.
- B. Fobia específica: Miedo intenso que se presenta ante un objeto o alguna situación específica, lo cual lleva a la evitación y suele tener una duración de mínimo 06 meses. Según el estímulo fóbico puede ser: Animal, entorno natural, sangre-inyección-herida, situacional, otros.
- C. Trastorno de ansiedad social o fobia social: Miedo intenso a situaciones sociales en las que el sujeto percibe que puede ser evaluado por su alrededor, por ejemplo, mantener conversaciones, iniciar conversaciones con personas extrañas, sentirse observado. El individuo presenta temor de ser rechazado, avergonzado o humillado por su entorno. Suele tener una duración de mínimo 06 meses.
- D. Trastorno de pánico: Es la aparición súbita de un miedo y/o malestar

intenso que suele tardar solo unos minutos para que se observe su máxima expresión, se pueden dar síntomas como aceleración del ritmo cardiaco, sudoración, temblores musculares, dificultad para respirar, malestar abdominal, sensación de mareo, miedo a morir. Al menos uno de estos ataques, durante un mes, va de sensaciones de inquietud o preocupación persistente por la aparición de nuevas crisis o sus consecuencias.

- E. Agorafobia: Miedo o preocupación intensa que aparece en 02 o más de las siguientes situaciones: Uso de transporte público, estar en espacios abiertos, estar en sitios cerrados, hacer cola dentro de una multitud o estar fuera de casa solo; estas situaciones son evidentemente evitadas. Suele tener una duración de mínimo 06 meses.

- F. Trastorno de ansiedad generalizada: Preocupación y ansiedad excesivas que se da en 03 de los 06 síntomas siguientes: Sentirse atrapado, se fatiga fácilmente, dificultades de concentración, mucha irritabilidad, tensión muscular y desequilibrio en el sueño. Suele tener una duración de mínimo 06 meses.

2.2.1.5 Epidemiología

En lo referido al sexo, las mujeres en edad reproductiva presentan de 2 a 3 veces mayor vulnerabilidad que los hombres a desarrollar trastornos de ansiedad; esta diferencia no solo se expresa en la mayor prevalencia de las mujeres sino también a hecho de manifestar y expresar los síntomas; y, solicitar ayuda psicológica (Arenas y Puigcerver, 2009).

Según la OMS (2017), el 7.7% de las mujeres sufren trastornos de ansiedad y un 3.6% de los hombres, además se calcula que aproximadamente un 20% de la población sufrirá alguna crisis de ansiedad en algún momento de su vida.

Las edades con mayor prevalencia de ansiedad son de los 18 a 34 años (Casado, 2015, como se citó en León, 2020).

2.2.2 Estrés

2.2.2.1 Definición

El término “estrés” fue acuñado por Selye en 1926, quien lo definió como respuesta a un estímulo, al cual llamó estresor; ya para 1973 denominó al estrés como una respuesta no específica del cuerpo a cualquier demanda que se ejerciera sobre él y lo que más le llamaba la atención era el esfuerzo que hacía el propio cuerpo por adaptarse (Barrio et al., 2006).

El estrés es considerado como una relación entre la persona y el ambiente, en la cual esta persona interpreta que las demandas del ambiente establecen peligro para su propio bienestar, si es que estas exceden o igualan sus recursos para enfrentarlas (Lazarus y Folkman, 1984). Una situación negativa genera estrés tal como la muerte reciente de un ser querido o despido laboral repentino, sin embargo, hechos positivos también pueden ser generadores de estrés, por ejemplo, el cambio de casa o el ascenso laboral, incluso enamorarse (Olga y Terry, 1997).

2.2.2.2 Fases del Estrés

En 1926, Selye propone que el estrés pasa por 03 etapas: Alarma, resistencia y agotamiento (Naranjo, 2009):

- Fase de alarma: Se da la presencia de un agente estresante y se observa que se desencadena una serie de reacciones fisiológicas que permiten a la persona ponerse en estado de alerta en cuanto perciba una situación estresante.
- Fase de resistencia: Se da cuando se prolonga la primera fase, la de alarma, en esta fase el individuo trata de enfrentar la situación, sin embargo, se da cuenta de que su capacidad tiene un límite, se frustra, pierde energía y su rendimiento es menor. Presenta temor al fracaso, por lo que puede generarle a la persona ansiedad.
- Fase de agotamiento: Es la fase final de estrés y está caracterizada por fatiga, ansiedad y depresión, estas se pueden expresar de simultáneamente o de manera separada. En cuanto a la fatiga, esta se manifiesta como un cansancio que no es restaurado en el descanso nocturno, se incluyen el nerviosismo y la irritabilidad; la ansiedad se da no solo por el agente estresante antes mencionado sino por otras situaciones también que usualmente no producirían tal reacción; respecto a la depresión, la persona presenta baja motivación para realizar sus actividades, pensamientos pesimistas y negativos hacia sí mismo.

2.2.2.3 Estrés académico

A. Definición

El estrés académico es un proceso sistémico que presenta un carácter adaptativo y es esencialmente psicológico, este aparece cuando un alumno de educación media superior y superior (no educación básica) es sometido a un conjunto de demandas que bajo su propia valoración son consideradas estresoras y provoca desequilibrio sistemático, lo cual se va a manifestar en una serie de síntomas (Barraza, 2006).

Por otro lado, se define al estrés académico como el malestar que presenta el estudiante a causa de factores físicos o emocionales, que pueden ser de carácter interrelacional o intrarrelacional, o ambiental, los que producen una presión de manera significativa en la competencia del sujeto para afrontar el rendimiento académico, su capacidad para resolver problemas, la pérdida de un ser querido, evaluaciones, relación con los demás estudiantes o profesores, etc. (Martínez y Díaz, 2007).

B. Modelos explicativos del Estrés Académico

B.1 Modelo Sistémico Cognoscitivista del Estrés Académico

Este modelo ha sido propuesto por Barraza en el 2005, está sustentado a partir de la Teoría de la Modelización Sistémica de Colle propuesta en el 2002, la Teoría General de Sistemas de Bertalanffy en 1991 y el Modelo Transaccional del Estrés de Lazarus y Folkman en 1986; este modelo propone dos supuestos: El *supuesto sistémico* ayuda a entender cómo es que la persona (un sistema abierto) se relaciona con su entorno en un continuo flujo de salida y entrada de información, sin embargo

no se sabe lo que ocurre dentro del sistema, es por ello que se considera el *supuesto cognoscitivista*, el cual se basa en los procesos internos (psicológicos) que median la entrada y salida de la información (Barraza, 2006).

Este modelo explica que cuando un estudiante, dentro del contexto académico, se ve inmerso en una serie de demandas y exigencias (input), que debe afrontarlas de alguna manera (output), para ello debe realizar una valoración cognitiva (appraisal) de todos los acontecimientos ocurridos y con qué recursos cuenta para enfrentarlos; si durante esta valoración el individuo se da cuenta que tiene los recursos necesarios para afrontar dichas demandas, se mantiene el equilibrio sistémico con el entorno; pero, si los recursos son insuficientes o no cuenta con ellos, esto se valora como una amenaza y se sobreviene el desequilibrio sistémico en relación con el entorno, generándose una situación estresante, ello se manifiesta en síntomas físicos (problemas digestivos, dolores de cabeza, insomnio, etc.), psicológicos (dificultades para la concentración, ansiedad, inquietud, etc.) y conductuales (desgano, aislamiento, etc.) (Berrío y Mazo, 2012).

Este modelo presenta 4 hipótesis:

- *Hipótesis de los componentes sistémicos-procesuales del estrés académico*: Los componentes sistémico-procesuales se reflejan en los

estímulos estresores (input), los síntomas (indicadores del desequilibrio sistémico) y las estrategias de afrontamiento (output), los cuales van a buscar el equilibrio sistémico.

- *Hipótesis de estrés académico como estado psicológico:* El estrés académico es un estado básicamente psicológico, ya que presenta estresores mayores, los cuales amenazan la integridad vital de las personas y son ajenos a su valoración, la repercusión que tengan estos en las personas, siempre será negativa; y, estresores menores, estos son constituidos como tales debido a la valoración que haga la persona de estos. En relación con los estresores menores del estrés académico se tiene a la competitividad grupal, las sobrecargas de tareas, el exceso de responsabilidad, las interrupciones del trabajo, ambiente físico desagradable, falta de incentivos, tiempo limitado para hacer el trabajo, conflictos con los asesores, problemas con los compañeros, las evaluaciones y el tipo de trabajo que le sea pedido al alumno.
- *Hipótesis de los indicadores del desequilibrio sistémico que implica el estrés académico:* Los síntomas de la situación estresante se clasifican en reacciones físicas, las cuales implican una reacción del cuerpo como temblores musculares, migrañas, insomnios; las reacciones psicológicas se manifiestan como inquietud, dificultades para la concentración, depresión, etc. y los indicadores comportamentales se reflejan en faltar a clases, aumento o disminución de comida, aislarse de las personas.

- *La hipótesis del afrontamiento como restaurador del equilibrio sistémico:* Cuando el estudiante se ve inmerso en una situación valorada como amenazante, este realiza una valoración de tipo psicológica para evaluar sus recursos y cómo puede hacerle frente a este desequilibrio; algunas de las estrategias utilizadas por estos son: La habilidad asertiva, elogios a sí mismo, búsqueda de información sobre la situación, tomar la situación con sentido del humor, elaborar un plan y ejecución de sus tareas, etc.

2.3 Definición de términos básicos

- **Ansiedad:** Es una respuesta de carácter adaptativo que produce sensación de inquietud y que se presenta en situaciones catalogadas, por el individuo, como estresantes.
- **Estrés académico:** Es un tipo de estrés de carácter adaptativo y psicológico que se da en el ámbito universitario y es experimentado por los estudiantes en respuesta a las actividades propias de dicho contexto.

2.4 Formulación de hipótesis

2.4.1 Hipótesis general

H₁: Existe una correlación estadísticamente significativa entre la ansiedad y el estrés académico en los estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19.

H₂: Existe una diferencia estadísticamente significativa entre la ansiedad y el estrés académico en los estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19 según sexo.

2.4.2 Hipótesis específicas

H_{2.1}: Existe una diferencia estadísticamente significativa en la ansiedad de los estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19 según sexo.

H_{2.2}: Existe una diferencia estadísticamente significativa en el estrés académico de los estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19 según sexo.

CAPÍTULO III

MÉTODO

3.1 Tipo y nivel de investigación

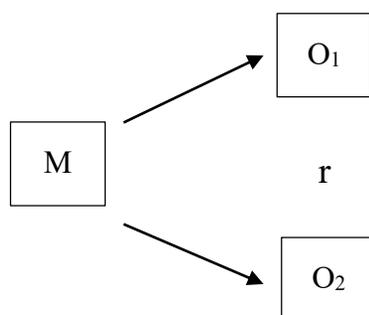
El tipo de investigación que se estableció en el presente estudio es de tipo sustantiva descriptiva, ya que se orienta al conocimiento de la realidad como tal (Sánchez y Reyes, 2021), en cuanto al nivel de investigación, este es descriptivo, debido a que se recopiló datos e información acerca de las características de diversos fenómenos (Ñaupás et al., 2018) y de su estado actual (Sánchez y Reyes, 2021).

3.2 Diseño de investigación

El diseño de investigación del presente trabajo es no experimental, puesto que no se manipulan de manera intencional las variables de estudio, ni se tuvo control directo sobre las mismas; asimismo, dentro de este diseño se establece que es una investigación

correlacional, debido a que se describen las relaciones entre dos o más categorías, conceptos o variables en un momento específico (Hernández et al., 2014; Sánchez y Reyes, 2021).

Para el presente estudio se utilizó el diseño mencionado anteriormente con el fin de encontrar la relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes de una universidad estatal de Lima en el contexto del COVID-19; por lo que fue diagramado, siguiendo las pautas de Hernández et al. (2014) y Sánchez y Reyes (2021), de la siguiente manera:



M: Muestra conformada por estudiantes de una universidad estatal de Lima.

O₁: Ansiedad

O₂: Estrés académico

r: Relación existente entre las variables.

3.3 Variables

- Variables correlacionadas
 - Ansiedad: Variable que será medida mediante el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) adaptada al español por Robles et al. en el 2001.
 - Estrés académico: Variable que será medida mediante el Inventario SISCO SV-21 diseñada por Barraza en el 2018.

- Variable de comparación
 - Sexo: Hombres y mujeres
- Variables de control
 - Nivel de instrucción: Superior.
 - Tipo de gestión de la institución: Universidad estatal.

3.4 Población y muestra de estudio

La población para la presente investigación estuvo conformada por los estudiantes de las siguientes áreas profesionales: Ciencias de Salud, Ciencias Económicas y de la Gestión; y, Humanidades y Ciencias Jurídicas y Sociales de una universidad estatal ubicada en Lima Metropolitana.

El tipo de muestreo que se realizó para la selección de la muestra fue no probabilístico y de tipo intencionado, debido a que no dependió de la probabilidad pues fue seleccionada según el criterio del investigador (Hernández et al., 2014, Sánchez y Reyes, 2021). Por lo mencionado, la muestra para el presente estudio estuvo constituida por 200 universitarios de las siguientes áreas profesionales: Ciencias de la Salud, Ciencias Económicas y de la Gestión; y, Humanidades y Ciencias Jurídicas y Sociales de una universidad estatal ubicada en Lima Metropolitana.

3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.5.1 Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)

a) Ficha técnica

Nombre original: Beck Anxiety Inventory

Autor: Aaron Beck y Robert Steer

Año: 1988

Nombre de la adaptación: Inventario de Ansiedad de Beck

Autores de la adaptación: Rebeca Robles, Rubén Varela, Samuel Jurado y Francisco Páez

Año de la adaptación: 2001

Administración: Individual y colectiva

b) Descripción del instrumento

El Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) fue diseñado para evaluar de manera específica la severidad de síntomas ansiosos en una población adolescente y adulta, asimismo consta de 21 reactivos utilizando para ello una escala de tipo Likert de 4 puntos, en donde 0 significa “poco o nada” y 3 “severamente” del síntoma en cuestión (Robles et al., 2001).

c) Confiabilidad

El instrumento original presenta alta consistencia interna mediante el coeficiente alfa de Cronbach, en el cual se obtuvo .92 (Beck y Steer, 1987); y, la versión adaptada a México por Robles et al. (2001) obtuvo una alta consistencia interna tanto en la muestra de universitarios como en la de adultos normales (alfa .84 y .83 respectivamente) y alta confiabilidad con el método de test retest ($r=.75$).

d) Validez

Utilizando un análisis de factores principales con una rotación promax, se encontró que el BAI arrojó dos dimensiones altamente correlacionadas ($r = .56$, $p < .001$) en una muestra diagnóstica mixta de 160 pacientes ambulatorios; el primer factor contenía síntomas como "entumecimiento", "sensación de calor", "temblores" y "sudoración" y representaba aspectos predominantemente somáticos de la ansiedad, mientras que el segundo factor consistía en síntomas como "miedo a que suceda lo peor", "aterrorizado" y "miedo a perder el control", y representaba aspectos de la ansiedad tanto subjetivos como relacionados con el pánico; con la rotación varimax se obtuvieron cuatro factores: Neurofisiológico, subjetivo, pánico y autonómico (Beck y Steer, 1987).

Respecto a la adaptación mexicana realizada por Robles et al. (2001) se hallaron datos similares al instrumento original; en esta versión se obtuvo una estructura factorial con rotación varimax, la cual arrojó cuatro factores principales, los cuales han sido denominados por el tipo de reactivos que conglomeran: Subjetivo, neurofisiológico, autonómico y pánico.

e) Normas de aplicación

Para la aplicación de esta prueba se les solicita a los participantes que lean los ítems de forma cuidadosa y tomen en cuenta cómo se han sentido la última semana e incluso el mismo día, para así poder marcar lo que mejor crean conveniente; asimismo se debe tomar en cuenta la intensidad de los mismos de acuerdo a una escala de valores (Robles et al., 2001).

f) Normas de corrección

Se hace una suma total de puntajes otorgando la siguiente calificación: Poco o nada vale cero, más o menos vale 1, moderadamente vale 2; y, severamente vale 3 (Beck y Steer, 1987).

3.5.2 Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico (SISCO SV-21)

a) Ficha técnica:

Nombre original: Inventario SISTémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems (Inventario SISCO SV-21)

Autor: Arturo Barraza Macías

Año: 2018

Administración: Individual y colectiva

b) Descripción del instrumento

El Inventario SISCO SV-21 fue creado para evaluar el estrés académico en alumnos de educación media superior, superior y posgrado; el cual presenta 23 reactivos, el primer ítem es dicotómico y sirve para determinar si es estudiante es apto o no para contestar el test y los demás reactivos utilizan una escala de tipo Likert (Barraza, 2018).

c) Confiabilidad

El Inventario SISCO SV-21 presenta una confiabilidad en alfa de Cronbach de .85, en cuanto a sus 03 dimensiones se obtuvo lo siguiente: en la dimensión estresores se obtuvo una confiabilidad del .83, en la de síntomas una confiabilidad de .87 y

en la de estrategias de afrontamiento una de .85 (Barraza, 2018).

d) Validez

En cuanto a la validez, esta se obtuvo mediante el análisis factorial exploratorio, en donde se identificaron tres factores que explican el 47% de la varianza total; estos 03 factores se corresponden con los componentes del Modelo Sistémico Cognoscitivista: Estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento (Barraza, 2018).

e) Normas de aplicación

Para aplicar este instrumento se les da la instrucción de que marquen de acuerdo con la intensidad, según una escala de valores, con que se da lo señalado en los ítems. La primera parte se relaciona con los estresores que perciben, la segunda tiene que ver con las formas en que responden a estos estresores (síntomas) y el último grupo está relacionado con las maneras en que los estudiantes afrontan sus situaciones estresantes (Barraza, 2018).

f) Normas de corrección:

Para corregir el instrumento se debe tomar en consideración que existen 05 categorías: Nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre; las cuales tienen puntajes de 0, 1, 2, 3, 4 y 5 respectivamente (Barraza, 2018).

3.6 Procedimiento de recolección de datos

Para el procedimiento de recolección de datos, inicialmente se colocaron las preguntas de

los instrumentos en un cuestionario de Google Forms. Los participantes fueron contactados mediante correo electrónico y se les pidió elegir un horario en el cual les fue aplicado el cuestionario mediante una plataforma para videollamadas en grupos de 15, se les brindó las pautas necesarias, el esclarecimiento de todas sus dudas, y se les solicitó el consentimiento informado; con el fin de lograr la correcta administración de los instrumentos.

3.7 Procesamiento y análisis de datos

Para definir con qué prueba se llevaría a cabo la contrastación de las hipótesis del estudio, se realizó la prueba de normalidad con el estadístico Kolmogorov-Smirnov, los resultados indicaron que se tenía que utilizar estadísticos no paramétricos.

En el caso de la hipótesis de correlación se utilizó el coeficiente de correlación Rho de Spearman, el cual se expresa en la siguiente fórmula (Martínez et al., 2009).

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum d_i^2}{n(n^2 - 1)}$$

n: la cantidad de sujetos que se clasifican

x_i : el rango de sujetos i con respecto a la primera variable

y_i : el rango de sujetos i con respecto a una segunda variable

$d_i = x_i - y_i$

Para el análisis de comparación según el sexo de los universitarios, en ambas variables, se utilizó la prueba de U de Mann-Whitney.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1 Análisis psicométrico del Inventario de Ansiedad de Beck

4.1.1 Validez

Para este instrumento se realizó la validez de contenido mediante el criterio de jueces, para lo cual se contó con 6 expertos. Los resultados evidenciaron que los valores en el coeficiente V de Aiken obtuvieron un valor de 1.00; lo que significa que se puede señalar que el Inventario de Ansiedad de Beck evidencia validez de contenido por el método de criterio de jueces (Escurra, 1988) (Ver anexo D).

4.1.2 Análisis de ítems y confiabilidad

Se realizó el análisis de ítems de la prueba para evaluar la consistencia de cada uno de los reactivos y se utilizó el método de correlación ítem-test corregida, frente a ello se encontró que todos los ítems correlacionaban cumpliendo los criterios que se

establecen de ser mayor a .20 (Delgado et al., 2006). Asimismo, se alcanzó un valor de .94 en el coeficiente de alfa de Cronbach (Ver anexo D).

4.2 Análisis psicométrico del Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems (Inventario SISCO SV-21)

4.2.1 Validez

Para este inventario se estudió la validez de contenido con el método de criterio de jueces, participando 6 expertos. Los resultados muestran que los valores en el coeficiente V de Aiken fueron de 1.00; lo que significa que el Inventario SISCO SV-21 evidencia poseer validez de contenido mediante el criterio de jueces (Escurrea, 1988) (Ver anexo E).

4.2.2 Análisis de ítems y confiabilidad

Se analizaron los reactivos del inventario para evaluar la consistencia de cada uno de los ítems y se utilizó el método de correlación ítem-test corregida, se encontró que la mayoría de los ítems correlacionaban cumpliendo los criterios que se establecen de ser mayor a .20 (Delgado et al., 2006), los ítems 20 y 23 no alcanzaron el .20, no obstante, no se eliminaron de la prueba, ya que se afectaría la estructura de la misma. En la confiabilidad se alcanzó un coeficiente de alfa de Cronbach de valor .89, que permitió señalar que el instrumento presenta confiabilidad (Ver anexo E).

4.3 Resultados descriptivos

25	6		3.0	
26	4		2.0	
28	1		.5	
29	3		1.5	
30	3		1.5	
31	7		3.5	
32	2		1.0	
33	2		1.0	
34	6		3.0	
36	4		2.0	
37	2	86	1.0	43%
38	2		1.0	
39	2		1.0	
40	1		.5	
41	1		.5	
42	2		1.0	
43	1		.5	
44	3		1.5	
45	1		.5	
47	2		1.0	
48	1	.5		
50	1	.5		
59	1	.5		
Total	200		100.0	
Media	18.12			
D.E	12.70			

En la tabla 2 se observa la distribución de frecuencias y porcentajes de los puntajes totales del Instrumento SISCO SV-21, en la que se obtuvo que 88 estudiantes (44%) se encuentran por encima de la media, 9 estudiantes (4.5%), presentan una puntuación igual a la media y 103 estudiantes (51.5%) alcanzaron puntajes por debajo de la media.

Tabla 2

Distribución de frecuencias y porcentajes de los puntajes totales del Instrumento SISCO SV-21 en los participantes de la muestra

Puntaje	f		%
20	1	}	.5
27	1		.5
30	2		1.0
32	3		1.5
33	1		.5
36	1		.5
39	1		.5
40	1		.5
41	2		1.0
42	2		1.0
43	2		1.0
45	2		1.0
46	1		.5
47	2		1.0
48	3		1.5
49	3		1.5
50	5		2.5
51	3		1.5
52	4		2.0
53	3		1.5
54	5		2.5
55	4		2.0
56	5		2.5
57	4		2.0
58	2		1.0
59	2		1.0
60	3		1.5
61	5	2.5	
62	4	2.0	
63	3	1.5	
64	8	4.0	
65	9	4.5	
66	5	2.5	

88 44%

67	8		4.0
68	5		2.5
69	6		3.0
70	7		3.5
71	8		4.0
72	5		2.5
73	5		2.5
74	3		1.5
75	6		3.0
76	1		.5
77	7		3.5
78	2		1.0
79	5		2.5
80	3		1.5
81	1	103	.5
82	3		1.5
83	3		1.5
84	2		1.0
85	1		.5
86	2		1.0
87	3		1.5
88	1		.5
89	1		.5
90	1		.5
91	4		2.0
92	1		.5
93	1		.5
96	1		.5
100	1		.5
105	1		.5
Total	200		100.0
Media	65.03		
D.E	14.92		

Para la elección de qué prueba de contraste de hipótesis se debe utilizar se realizó la prueba de normalidad, utilizándose de esta manera el estadístico Kolmogorov-Smirnov. Se observa en la Tabla 3 que los puntajes totales de la variable de ansiedad y estrés académico no se

distribuyen de acuerdo a la curva de distribución normal, lo que significa que los estadísticos a usar para el contraste de hipótesis en relación a la correlación entre las variables y la diferencia de medias según sexo y área profesional deben ser no paramétricos.

Tabla 3

Prueba de bondad de Ajuste de Kolmogorov –Smirnov de los puntajes totales del Inventario de Ansiedad de Beck y el Instrumento SISCO SV-21

		Ansiedad	Estrés académico
Parámetros	Media	18.12	65.03
Normales	D.E.	12.70	14.92
Diferencias			
	Absoluta	.12	.07
Extremos	Positiva	.12	.03
	Negativa	-.1	-.08
Z de Kolmogorov – Smirnov		.12	.07
p		.000	.01

Nota: n = 200

4.4 Contrastación de hipótesis

En la tabla 4 se presenta el resultado de la correlación rho de Spearman entre las variables de ansiedad y estrés académico en los estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19, se encontró que dicha correlación es positiva y significativa con un tamaño del efecto grande, lo que permite señalar que se valida la hipótesis general H₁.

Tabla 4

Correlación rho de Spearman entre la ansiedad y el estrés académico en los participantes en el contexto del COVID-19

	Estrés académico	r ²
Ansiedad	.60*	.36

Nota. n = 200, *p < .05

Respecto a la comparación de medias de rango de la variable ansiedad tomando en consideración el sexo de la muestra, como se presenta en la tabla 5, se halló diferencias estadísticamente significativas y un tamaño del efecto pequeño, observándose que las mujeres obtienen una media de rangos más alta que los varones.

Tabla 5

Prueba U de Mann Whitney de los puntajes de ansiedad entre los estudiantes hombres y mujeres de una universidad estatal

Sexo	n	Media de rangos	Suma de rangos	U de Mann-Whitney	Z	r
Hombre	73	82.64	6033.00	3332.00	-3.31**	.24
Mujer	127	110.76	14067.00			

Nota: **p < .01

En relación a la comparación de medias de rango de la variable estrés académico teniendo en cuenta el sexo de los participantes, tal y como se muestra en la tabla 6, se encontró diferencias estadísticamente significativas entre ambos grupos y un tamaño del efecto mediano; lo que evidencia que las mujeres alcanzan una media de rangos mayor en relación a los hombres.

Tabla 6

Prueba U de Mann Whitney de los puntajes de estrés académico entre los participantes hombres y mujeres

Sexo	n	Media de rangos	Suma de rangos	U de Mann-Whitney	Z	r
Hombre	73	75.81	5534.00	2833.00	-4.58***	.36
Mujer	127	114.69	14566.00			

Nota: ***p < .001

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

5.1 Análisis y discusión de resultados

El presente estudio tuvo como propósito conocer la relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19 y a su vez comparar dichas variables según sexo.

En primer lugar, se compararon los valores de las propiedades psicométricas de los instrumentos originales y los valores que se utilizaron en el presente estudio.

En relación con el Inventario de Ansiedad de Beck en su estudio original, se obtuvo un coeficiente de alfa de Cronbach de .92, mientras que el mismo instrumento en esta investigación alcanzó un coeficiente de alfa de Cronbach de .94 (Anexo D) y la correlación ítem-test corregida de todos los ítems fueron valores mayores a .20; evidenciando de esta

forma valores similares en cuanto a la confiabilidad del instrumento en la investigación original como en este estudio.

Respecto al segundo instrumento, el Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico en su estudio original logró un coeficiente de alfa de Cronbach de .85, en tanto que, en esta investigación, el inventario, consiguió un alfa de Cronbach de .89 (Anexo E) y la mayoría de sus ítems alcanzaron puntuaciones mayores a .20 (excepto el reactivo 20 y 23, pero no se eliminaron para evitar que se afecte la estructura de la prueba); de manera similar que el primer instrumento sus valores en cuanto a confiabilidad resultaron similares.

Ahora bien, la validez de contenido de ambas escalas fue hallada mediante el criterio de jueces, quienes fueron 06 jueces expertos.

En relación a la primera hipótesis general referente a la relación entre la ansiedad y el estrés académico en los participantes del estudio (H_1), esta se acepta, debido a que se encontró que existía una correlación significativa y positiva; y, se halló también un tamaño del efecto grande (Tabla 4), lo que permite inferir que la presencia de una de las variables implicaría que la otra también se manifieste en la muestra estudiada; ya que algunas situaciones académicas que experimentan los estudiantes, son interpretadas como peligrosas y estresantes generándoles síntomas de ansiedad, debido a que son percibidas como amenazas tanto a nivel físico como emocional (Beck y Clark, 1997), asimismo al sentir una serie de demandas del entorno académico, los estudiantes experimentan un desequilibrio sistémico traducido como estresante y con falta de herramientas útiles para su afronte (Barraza, 2006).

Estos resultados son similares a los encontrados por la investigación de Muñoz et al. (2019), quienes trabajaron con universitarios y hallaron que las variables de ansiedad y estrés académico se correlacionaban de forma significativa y positiva, esto quiere decir que, a mayores síntomas de ansiedad, mayores síntomas de estrés académico se va a experimentar; ello puede deberse a que el estudiante evalúa la situación académica como amenazante y lo traduce como algo que puede ser potencialmente peligroso (Cano-Vindel, 1989), lo que hace que los niveles de malestar emocional traducidos en ansiedad y estrés, se incrementen.

En lo concerniente a la segunda hipótesis general, referida la comparación de variables según sexo (H_2), de la misma manera que la anterior se acepta, ya que se determinó que, efectivamente, existía diferencias estadísticamente significativas entre la ansiedad y estrés académico según el sexo de los participantes (Tablas 5 y 6); evidenciado en que las mujeres obtuvieron mayores puntuaciones en ambas variables, lo que se corrobora con la investigación realizada por Debowska et al. (2020) en la cual las mujeres obtuvieron mayores puntuaciones de malestar emocional, ello referido a la ansiedad, depresión y estrés en comparación a los varones.

Respecto a la comparación de la ansiedad según el sexo de los estudiantes ($H_{2.1}$), esta se corrobora, pues se obtuvo diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres para la variable de ansiedad (Tabla 5), estos resultados coinciden con lo que menciona la literatura en relación a que las mujeres presentan mayor predisposición a presentar ansiedad, incluso a manifestarla y pedir ayuda en comparación los varones (Arenas y Puigcerver, 2009), probablemente por los mitos y tabúes puestos por la sociedad para los hombres; sin embargo, no se condice con los resultados arrojados por la validación

mexicana del instrumento, en la cual no existían diferencias estadísticamente significativas según la variable sexo (Robles et al., 2001), es decir los niveles de ansiedad tanto de hombres como mujeres alcanzaron puntajes similares.

Con relación a la comparación del estrés académico según sexo (H_{2.2}) (Tabla 6), esta se acepta, puesto que se hallaron diferencias estadísticamente significativas respecto al variable estrés académico, esto quiere decir que los puntajes entre hombres y mujeres difieren considerablemente; de forma similar ocurrió en los resultados obtenidos por Stankovska et al. (2018), quienes encontraron que las universitarias alcanzaron puntuaciones mayores en cuanto a estrés académico en comparación con los varones, así también en la investigación realizada por Fernández (2018), en una muestra similar de universitarios, hallaron puntuaciones más altas en mujeres que en hombres respecto a la variable estrés académico.

5.2 Conclusiones

- El Inventario de Ansiedad de Beck posee propiedades psicométricas adecuadas en los universitarios de una universidad estatal de Lima Metropolitana.
- El Instrumento SISCO SV-21 presentó adecuadas propiedades psicométricas para los participantes del estudio.
- La relación entre la ansiedad y el estrés académico es estadísticamente significativa y positiva en los universitarios de la muestra.
- Se encuentran diferencias estadísticamente significativas de la variable ansiedad según el sexo de los participantes del estudio, siendo las mujeres quienes alcanzaron mayores puntuaciones en relación a los varones.

- Respecto a la comparación de la variable estrés académico según sexo de los estudiantes, existen diferencias estadísticamente significativas, ya que las mujeres obtuvieron puntajes más elevados que los hombres.

5.3 Recomendaciones

- Se sugiere replicar el estudio a las demás universidades del Perú con el fin de generalizar los resultados y que estos tengan mayor alcance.
- Sensibilizar a los docentes sobre las repercusiones de la ansiedad y estrés académico de los estudiantes, principalmente en tiempos de pandemia.
- Establecer espacios seguros de escucha y diálogo en cada área académica, especialmente por escuela, de forma que los estudiantes puedan participar y ser orientados por un psicólogo a cargo.
- Llevar a cabo talleres preventivo-promocionales para estudiantes que permitan la concientización sobre la importancia de la salud mental, especialmente en problemáticas como la ansiedad y el estrés académico, características y consecuencias.
- Implementar programas de intervención en los que no solo se aborde la mitigación de los síntomas de la ansiedad o del estrés académico, sino además brindarles a los estudiantes habilidades para afrontar la diversidad de problemáticas que se vivencia en el ámbito académico.

REFERENCIAS

- Alvarado, L. (2018). *Correlación entre niveles de ansiedad y estrés académico en rendimiento del ECOE en estudiantes del 9no ciclo de una Universidad Privada* [Tesis de título, Universidad Privada Antenor Orrego]. http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/3869/1/REP_MED.HUMA_LOURDES.ALVARADO_CORRELACION_ENTRE_NIVELES_ANSIEDAD_ESTRES_ACADEMICO_RENDIMIENTO_ECOE_ESTUDIANTES_9NO_CICLO_UNIVERSIDAD_PRIVADA.pdf
- Álvarez, J. y Leiva, R. (2022). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Cajamarca, 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/30846/%c3%81lvarez%20Estrada%2c%20Jhina%20Lilibeth%20-%20Leiva%20Casta%b1eda%2c%20Rita%20M%a9lany.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Arcas, A. y Cano, A. (1999). Procesos cognitivos en el trastorno de ansiedad generalizada, según el paradigma del procesamiento de la información. *Revista Electrónica de Psicología*, 3(1), 1-29. http://www.psiquiatria.com/psicologia/vol3num1/art_6.htm
- Arenas, C. y Puigcerver, A. (2009). Diferencias entre hombres y mujeres en los trastornos de ansiedad: una aproximación psicobiológica. *Escritos de psicología*. 3(1), 20-29. <https://scielo.isciii.es/pdf/ep/v3n1/art03.pdf>
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5*. <https://www.eafit.edu.co/ninos/reddelaspreguntas/Documents/dsm-v-guia-consulta-manual-diagnostico-estadistico-trastornos-mentales.pdf>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 9(3), 110-129. <https://www.researchgate.net/publication/228457746>
- Barraza, A. (2018). *Inventario SISTémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems*. Book-ECORFAN
- Barrio, J., García, M., Ruiz, I. y Arce, A. (2006). El estrés como respuesta. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 37-48. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832311003.pdf>
- Beck, A. y Clark, D. (1997). An information processing model of anxiety: automatic and strategic processes. *Behavior Research and Therapy*, 35(1), 49-58. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0005796796000691>

- Beck, A. y Steer, R. (1987). *Manual del Inventario de Ansiedad de Beck*. The Psychological Corporation.
- Berrió, N. y Mazo, R. (2012). Estrés Académico. *Revista De Psicología Universidad De Antioquia*, 3(2), 55–82. <https://doi.org/10.17533/udea.rp.11369>
- Bohórquez, A. (2007). *Prevalencia de depresión y ansiedad según las escalas de Zung y evaluación de la asociación con el desempeño académico en los estudiantes de medicina de la Pontificia Universidad Javeriana* [Tesis de maestría, Pontificia Universidad Javeriana]. <https://www.javeriana.edu.co/biblos/tesis/medicina/tesis37.pdf>
- Bower, G. (1981). Mood and Memory. *American Psychologist*, 36(2), 129-148. doi: 10.1037//0003-066X.36.2.129.
- Cano-Vindel, A. (1989). *Cognición, emoción y personalidad. Un estudio centrado en la ansiedad*. [Tesis doctoral, Universidad Complutense de Madrid]. https://www.researchgate.net/publication/230577041_Cognicion_emocion_y_personalidad_un_estudio_centrado_en_la_ansiedad_Cognition_emotion_and_personality_a_study_focused_in_anxiety
- Carrillo, I. (2006). Un estudio sobre la ansiedad. *Avances*. <http://www3.uacj.mx/DGDCDC/SP/Documents/avances/Documents/2006/Avances%20124.%20Irene%20Carrillo.pdf>
- Chávez, J. y Peralta, R. (2019). Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa-Perú. *Revista de Ciencias Sociales*, 25(1), 384-399. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7113737.pdf>
- Clark, D. y Beck, A. (2009). *Cognitive therapy of anxiety disorders: science and practice*. Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/record/2009-20450-000>
- Clemente, Z. y De Ávila, M. (2021). *Estrés académico y ansiedad en estudiantes de la licenciatura de enfermería* [Tesis de título, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla]. <https://hdl.handle.net/20.500.12371/11807>
- Confederación Salud Mental España. (2021). *Salud mental y COVID-19. Un año de pandemia*. <https://www.consaludmental.org/publicaciones/Salud-mental-covid-aniversario-pandemia.pdf>
- Córdova, A., De Santillana, S., García, M., González, H., Hernández, M. y Ramírez, L. (2010). *Guía de Práctica Clínica Diagnóstico y tratamiento de los Trastorno de Ansiedad en el*

Adulto. Secretaría de Salud.
http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/392_IMSS_10_Ansiedad/EyR_IMSS_392_10.pdf

Courtney, D., Watson, P., Battaglia, M., Mulsant, B. y Szatmari, P. (2020). COVID-19 Impacts on Child and Youth Anxiety and Depression: Challenges and Opportunities. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 65(10), 1-4. <https://doi.org/10.1177/0706743720935646>

Debowska, A., Horeczy, B., Boduszek, D. y Dolinski, D. (2020). A repeated cross-sectional survey assessing university students' stress, depression, anxiety, and suicidality in the early stages of the COVID-19 pandemic in Poland. *Psychological Medicine*, 1-4. <https://doi.org/10.1017/S003329172000392X>

Delgado, A., Escurra, L. y Torres, W. (2006). *La Medición en Psicología y Educación*. Hozlo: Perú.

Delgado, N. y Núñez, O. (2019). *Ansiedad y Afrontamiento en Estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. <https://hdl.handle.net/20.500.14138/2854>

Díaz, I. y De la Iglesia, G. (2019). Ansiedad: Revisión y Delimitación Conceptual. *Summa Psicología UST*, 16(1), 42-50. <http://doi:10.18774/0719-448x.2019.16.1.393>

Duarte, R. y Rodríguez, L. (2020). *Estresores COVID-19 en universitarios*. Universidad del Valle, México. <https://laureate-comunicacion.com/prensa/alto-nivel-de-estres-en-universitarios-durante-la-cuarentena-estudio-uvm/#.XzggLehKg2x>

El Peruano. (17 de octubre del 2019). *Ansiedad, violencia y estrés en universidades*. <https://www.elperuano.pe/noticia-ansiedad-violencia-y-estres-universidades-85499.aspx>

Estrada, E., Mamani, M., Gallegos, N., Mamani, H. y Zuloaga, M. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruano en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Revista Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 88-93. <http://doi.org/10.5281/zenodo.4675923>

Escurra, L. (1988). Cuantificación de la validez de contenido por criterio de jueces. *Revista De Psicología*, 6(1-2), 103-111. <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/4555>

Eysenck, M. (1992). *Anxiety: The cognitive perspective*. LEA.

Farrera, R., Romero, C. y Narcia, A. (2020). El estrés y la ansiedad en el rendimiento académico de jóvenes universitarios. *Revista de Divulgación Científica Universitaria de la Universidad del Sur*, 1(1), 1-13.

<https://www.universidaddelsur.edu.mx/ojs/index.php/REVISTAUNISUR/issue/view/2/EsAnunCI>

- Ferguson, N., Cummings, D., Fraser, C., Cajka, J., Cooley, P. y Burke, D. (2006). Estrategias para mitigar una pandemia de influenza. *Natureskreise*, 442, 448–452. <https://doi.org/10.1038/nature04795>
- Fernández, A. (2018). *Estrés y compromiso académico en estudiantes de una universidad privada de Lima* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. <https://doi.org/10.19083/tesis/625153>
- González, N., Tejeda, A., Espinosa, C. y Ontiveros, Z. (2020). *Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19*. <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.756>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. (6a ed.) McGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES.
- Huarcaya, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(2), 327-34. <https://doi.org/10.17843/rpmesp.2020.372.5419>
- Lázarus, R. y Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. Springer Publishing Company.
- Lee, J. (2020). Mental health effects of school closures during COVID-19. *The Lancet Child and Adolescent Health*. 4. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30109-7](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30109-7)
- León, A. (2020). *Ansiedad, depresión y rendimiento académico en los estudiantes de la Facultad Jurídica, Social y Administrativa del periodo abril-setiembre 2019, de la Universidad Nacional de Loja* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Loja]. https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/23616/1/AnaBelen_LeonOrtega.pdf
- López, J. (2018). *Niveles de Ansiedad y Rendimiento Académico de los Estudiantes de la Escuela Académica Profesional de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Norbert Wiener* [Tesis de maestría, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2621/MAEST_PSIKOLOG%C3%8DA.Juan%20Abraham%20L%C3%B3pez%20Moya.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Martínez-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/descarga/articulo/4911675.pdf>
- Martínez, E. y Díaz, D. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y*

Educadores, 2(10). 11-22. <https://www.redalyc.org/pdf/834/83410203.pdf>

- Martínez-Montegudo, M., Inglés, C., Cano-Vindel, A. y García-Fernández, J. (2012). Estado actual de la investigación sobre la teoría tridimensional de la ansiedad de Lang. *Ansiedad y Estrés*, 18(2-3), 201-219. <http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/35859>.
- Martínez, R., Tuya, L., Martínez, M., Pérez, A. y Cánovas, A. (2009). El coeficiente de correlación de los rangos de Spearman caracterización. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*. 8(2). <http://scielo.sld.cu/pdf/rhcm/v8n2/rhcm17209.pdf>
- Miguel-Tobal, J. J. y Casado, M. I. (1999). Ansiedad: aspectos básicos y de intervención. En E. G. Fernández-Abascal y F. Palmero (Eds.), *Emociones y salud* (pp. 91-124). Barcelona: Ariel.
- Muñoz, D., Muñoz, E., Osorio, J. y Marín, M. (2019). *Relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes de octavo semestre que se encuentran desarrollando trabajo de grado y prácticas profesionales en una institución de educación superior del valle de Aburrá* [Tesis de título, Tecnológico de Antioquia]. <https://dspace.tdea.edu.co/bitstream/handle/tda/478/Trabajo%20de%20Grado%202%20-%20Estres%20Academico%20Ansiedad.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*. 33(2), 171-190. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>
- Núñez, L. (2021). Ansiedad y estresores académicos en estudiantes de enfermería. *Revista Científica De Enfermería*, 10(2), 45-59. <https://revista.cep.org.pe/index.php/RECIEN/article/view/73>
- Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J. y Romero, H. (2018). *Metodología de la investigación Cuantitativa - Cualitativa y Redacción de la Tesis*. (5a ed.). Ediciones de la U.
- Ocampo, D. y Correa, A. (2022). Situación emocional y resiliencia de estudiantes universitarios, pos-pandemia de la COVID-19. Norte de Potosí, Bolivia. *Sociedad y Amp; Tecnología*, 6(1), 17-32. <https://doi.org/10.51247/st.v6i1.322>
- Olga, G. y Terry, L. (1997). *Superar el estrés*. Ediciones Pirámide.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). (2020). *Education: From disruption to recovery*. Unesco Covid-19. <https://en.unesco.org/covid19/educationresponse>
- Organización Mundial de la Salud. (2017). Depresión y otros trastornos mentales comunes. *Salud, Organización panamericana*. <https://bit.ly/2pADWTG>

- Ramlan, H., Izuban, N., Wahab, S., Arif, M., Rajikan, R., Abdul, N. y Ahmad, H. (2020). Depression, Anxiety and Stress in Medical Students: An Early Observation Analysis. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 8(2), 1-16. <https://doi.org/10.6092/2282-1619/mjcp-2516>
- Restrepo, J., Sánchez, O. y Castañeda, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *PSICOESPACIOS*, 14(24), 17-37. <https://doi.org/10.25057/21452776.1331>
- Robles, R., Varela, R., Jurado, S. y Páez, F. (2001). Versión mexicana del inventario de ansiedad de Beck: Propiedad psicométricas. *Revista Mexicana de Psicología*. 18(2), 211-218. <https://biblat.unam.mx/es/revista/revista-mexicana-de-psicologia/articulo/version-mexicana-del-inventario-de-ansiedad-de-beck-propiedades-psicometricas>
- Sánchez, J., Damián, E., Pozo, M. y Baz, E. (2022). Estrés académico y ansiedad en estudiantes de psicología. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 1(46), 1-22. <https://dilemascontemporaneoseduccionpoliticayvalores.com/index.php/dilemas/article/view/3283/3260>
- Sánchez, H. y Reyes, M. (2021). *Metodología y diseños en la investigación científica*. (5a ed.). Business Support Aneth.
- Saravia, M., Cazorla, P. y Cedillo, L. (2020). Nivel de ansiedad de estudiantes de medicina de primer año de una universidad privada del Perú en tiempos de COVID-19. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 20(4), 568-573. DOI 10.25176/RFMH.v20i4.3198
- Sierra, J., Ortega, V. y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar E Subjetividades*, 3(1), 10-59. <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>
- Stankovska, G., Dimitrovski, D., Angelkoska, S., Ibraimi, Z. y Uka, V. (2018). Emotional Intelligence, Test Anxiety and Academic Stress among University Students. *Education in Modern Society*, 16, 157-164. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED586176.pdf>
- Tasayco, E. (2019). Estrés Académico en estudiantes de Enfermería del I al VIII ciclo de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga, Ica-Perú. *Revista Enfermería la Vanguardia*, 7(2), 29-40. <https://revistas.unica.edu.pe/index.php/vanguardia/article/view/203/238>
- Vivanco, A., Saroli, D., Caycho, T., Carbajal, C. y Noé, M. (2020). Ansiedad por COVID-19 y salud mental en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación en Psicología*, 23(2), 197-215. <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v23i2.19241>
- Wade, M., Prime, H. y Browne, D. (2020). Why we need longitudinal mental health research with children and youth during (and after) the COVID-19 pandemic. *Psychiatry Research*, 290. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113143>.

ANEXOS

ANEXO A

A.1 Consentimiento informado

El presente estudio está siendo realizado por Tatiana Canches Hernández, estudiante del décimo ciclo de la carrera de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos y está orientado al estudio de síntomas de algunas preocupaciones y miedos personales relacionados a situaciones propias del ámbito universitario dentro de la coyuntura actual.

Si acepta ser parte de esta investigación, deberá marcar diversas preguntas, las cuales le tomarán un tiempo aproximado de 20 minutos.

Su información brindada será utilizada única y estrictamente para los fines de la investigación; y, serán de carácter confidencial.

¿Acepta ser parte de la investigación?

Sí

No

ANEXO B

Inventario de Ansiedad de Beck

A continuación, se va a presentar una lista de síntomas. Lea cuidadosamente cada afirmación. Indique cuánto le ha molestado cada síntoma durante la última semana, inclusive hoy, marcando según la intensidad de la molestia.

	Poco o nada	Más o menos	Moderadamente	Severamente
Entumecimiento, hormigueo				
Sentir oleadas de calor (bochorno)				
Debilitamiento de las piernas				
Dificultad para relajarse				
Miedo a que pase lo peor				
Sensación de mareo				
Opresión en el pecho o latidos acelerados				
Inseguridad				
Terror				
Nerviosismo				
Sensación de ahogo				
Manos temblorosas				
Cuerpo tembloroso				
Miedo a perder el control				
Dificultad para respirar				
Miedo a morir				
Asustado				
Indigestión o malestar estomacal				
Debilidad				

Ruborizarse, sonrojamiento				
Sudoración (no debido al calor)				

ANEXO C

Inventario SISCO SV-21

1.- Durante el transcurso de este semestre ¿ha tenido momentos de preocupación o nerviosismo (estrés)?

Sí

No

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señale tu nivel de estrés, donde (1) es poco y (5) mucho.

1

2

3

4

5

3.- A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responda, marcando ¿con qué frecuencia cada uno de esos aspectos le estresa?:

¿Con qué frecuencia le estresa:

	Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días						
La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me						

imparten clases						
La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)						
El nivel de exigencia de mis profesores/as						
El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)						
Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as						
La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as						

4.- A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responda, marcando, ¿con qué frecuencia se te presenta cada una de estas reacciones cuando está estresado?

¿Con qué frecuencia se le presentan las siguientes reacciones cuando está estresado?

	Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Fatiga crónica (cansancio permanente)						
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
Ansiedad, angustia o desesperación						
Problemas de concentración						
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad						
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir						
Desgano para realizar las labores escolares						

5.- A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responda, marcando ¿con qué frecuencia utiliza cada una de estas acciones para enfrentar su estrés?

¿Con qué frecuencia utiliza cada una de estas acciones para enfrentar su estrés:

	Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa						
Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione						
Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						
Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa						

ANEXO D

Análisis Psicométrico del Inventario de Ansiedad de Beck

C.1 Validez

Como resultado del análisis de validez de contenido mediante el criterio de jueces para el Inventario de Ansiedad de Beck, se presentan en la tabla 15 los datos obtenidos de dicha evaluación fueron 6 jueces expertos los que participaron y se les solicitó que llenaran un documento en el que aprobarían o no algún ítem de la prueba antes mencionada y colocaran alguna observación si fuese necesario.

Se evidencia que el total de acuerdos entre los jueces alcanza valores en el coeficiente V de Aiken de 1.00, lo que lleva a considerar que el instrumento evidencia validez de contenido mediante el criterio de jueces (Escurra, 1988).

C.2 Análisis de ítems y confiabilidad

A continuación, en la tabla 16, se muestra el resultado del análisis de ítems pertenecientes al Inventario de Ansiedad de Beck, en el que todos los ítems presentan una correlación ítem-test corregida mayor a .20, lo que se considera como valores adecuados (Delgado et al., 2006). Por otro lado, se alcanzó un valor de .94 en el coeficiente alfa de Cronbach.

Tabla 8

Análisis de ítems y confiabilidad del Inventario de Ansiedad de Beck en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19

Ítems	Media de la escala si el ítem es eliminado	Varianza de la escala si el ítem es eliminado	Correlación ítem-test corregida	Alfa de Cronbach si el ítem es eliminado
01	17.40	149.20	.53	.937
02	17.22	150.50	.47	.938
03	17.36	148.67	.56	.936
04	16.61	144.92	.67	.935
05	16.82	142.65	.71	.934
06	17.26	146.11	.62	.935
07	17.30	146.11	.64	.935
08	16.66	143.73	.67	.934
09	17.42	143.14	.75	.933
10	16.72	143.02	.76	.933
11	17.60	145.75	.70	.934
12	17.57	147.39	.65	.935
13	17.66	147.28	.67	.935
14	17.32	144.69	.69	.934
15	17.60	149.65	.59	.936
16	17.60	150.23	.48	.938
17	17.28	146.54	.66	.935
18	17.14	146.49	.59	.936
19	17.14	145.18	.69	.934
20	17.37	149.48	.52	.937
21	17.39	149.64	.51	.937
Alfa de Cronbach = .94				

Nota: n = 200

ANEXO E

Análisis Psicométrico del Inventario SISCO SV-21

D.1 Validez

Como resultado del análisis de validez de contenido mediante el criterio de jueces para el Inventario SISCO SV-21, se presentan en la tabla 17 los datos obtenidos de dicha evaluación fueron 6 jueces expertos los que participaron y se les solicitó que llenaran un documento en el que aprobarían o no algún ítem de la prueba antes mencionada y colocaran alguna observación si fuese necesario.

Se evidencia que el total de acuerdos entre los jueces alcanza valores en el coeficiente V de Aiken de 1.00, lo que evidencia que el instrumento posee validez de contenido mediante el criterio de jueces (Escurra, 1988).

Tabla 9

Validez de contenido mediante el criterio de jueces para el Instrumento SISCO SV-21

Ítem	RT	Jueces						TA	V de Aiken
		J ₁	J ₂	J ₃	J ₄	J ₅	J ₆		
01	F	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
02	NA	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
03	E	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
04	E	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
05	E	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
06	E	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
07	E	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
08	E	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
09	E	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
10	S	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
11	S	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
12	S	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
13	S	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
14	S	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
15	S	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
16	S	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
17	AA	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
18	AA	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
19	AA	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
20	AA	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
21	AA	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
22	AA	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00
23	AA	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	6	1.00

Nota: **F:** Filtro **NA:** Nivel de intensidad del estrés académico **E:** Estresores **S:** Síntomas
AA: Estrategias de afrontamiento

D.2 Análisis de ítems y confiabilidad

En la tabla 18 se presenta el resultado del análisis de ítems pertenecientes al Instrumento SISCO SV-21, en donde se observa que mayoría de los ítems correlacionaban cumpliendo los criterios que se establecen de ser mayor a .20 (Delgado et al., 2006), sin embargo, los ítems 20 y 23 alcanzaron una correlación ítem-test corregida menor al criterio solicitado, no obstante, no fueron eliminaron de la prueba, ya que se afectaría la estructura de la misma y no se incrementaba la confiabilidad. Del mismo modo, este instrumento alcanzó un valor de .89 en el coeficiente de alfa de Cronbach.

Tabla 10

Análisis de ítems y confiabilidad del Instrumento SISCO SV-21 en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana en el contexto del COVID-19

Ítems	Media de la escala si el ítem es eliminado	Varianza de la escala si el ítem es eliminado	Correlación ítem-test corregida	Alfa de Cronbach si el ítem es eliminado
02	65.03	222.60	.51	.889
03	64.92	218.61	.57	.888
04	66.09	216.50	.57	.888
05	65.65	213.09	.64	.885
06	65.72	211.86	.62	.886
07	65.55	211.20	.66	.885
08	65.22	214.35	.61	.886
09	65.94	211.65	.58	.887
10	66.03	210.24	.58	.887
11	66.20	209.76	.59	.886
12	65.96	208.84	.65	.885
13	65.59	209.19	.67	.884
14	66.38	207.76	.61	.886
15	66.49	206.30	.64	.885
16	65.52	209.80	.64	.885
17	65.52	225.00	.35	.892
18	65.43	225.98	.32	.893
19	65.63	226.55	.28	.896
20	65.51	231.42	.11	.898
21	65.54	226.08	.26	.895
22	65.81	226.16	.27	.895
23	65.64	229.64	.16	.897
Alfa de Cronbach = .89				